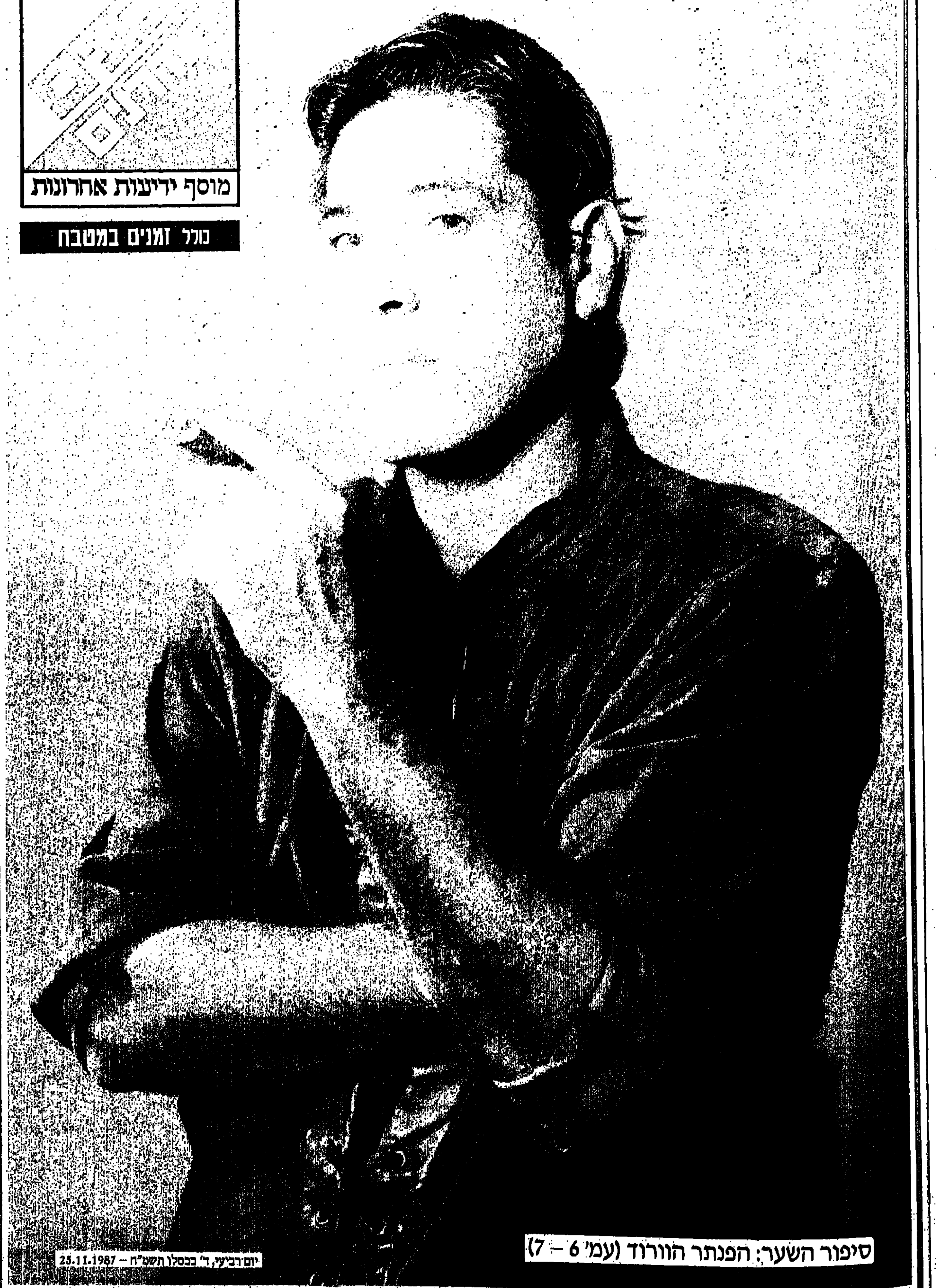
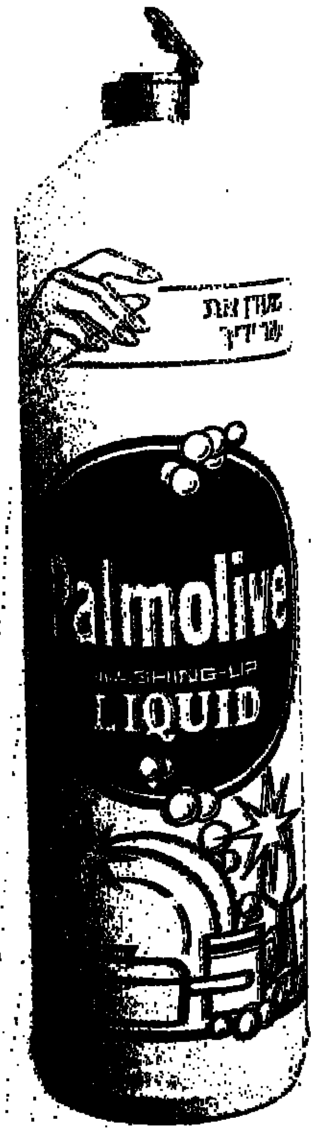
מוסף ידיעות אחרונות

כולל זמנים במטבח



סיפור השער: הפנתר הוורוד (עמ' 6 – 7)

יום רביעי, ד' בכסלו תשמ"ח – 25.11.1987



פלמוליב כלים

אחד מעל כולם

עשרות מליוני נשים ברחבי העולם
אינן יכולות לטעות.
הן יודעות כי כפית אחת של פלמוליב בכוס מים,
מספיקה לרחיצת כמות גדולה של כלים,
בצורה יעילה ומבריקה.

לכן, התרכיז לרחיצת כלים - פלמוליב
הוא הנמכר ביותר גם בישראל.

מעדן את עור ידיך.

עוד מוצר מלהיב של קולגייט-פלמוליב

COLGATE-PALMOLIVE

אבא אבן

להתראיין – ולהישאר בחיים

בערב שנערך במלון הילטון ת"א, במלאות 20 שנה ו־1000 מרואיינים לתוכניתו של יעקב אגמון „שאלות אישיות", ראיין דן בן־אמוץ את אבא אבן. אבן, כוכב תקשורת מנוסה, התבדח על חשבון עצמו, ועל חשבון מרואיינים כאשר הם.

„כשחגגו 40 שנה לתוכנית הטלוויזיה האמריקנית „הכר את העיתונות", ספיבק, המראיין הנודע של התוכנית, פנה אלי והזמין אותי במ־

ליס אלה: 'חקרנו ודרשנו וגיליינו, לפי תורת הסטאטיסטיקה, שאתה הופעת בתוכנית יותר מכל אחד אחר'.

כאשר התקשרתי להודות להם, ענה לי קול יבש: 'לא אמרנו שהופעת הכי הרבה, אלא הרבה יותר מכל אדם שנשאר בחיים. ההישג שלך אינו הישג רעיוני, אלא בכך שנפגשת עם המראיין ספיבק יותר מ־15 פעמים ונשארת בחיים...'"

אבא אבן עם דן בן־אמוץ: הסטטיסטיקה קובעת

בוי ג'ורג' ואיאן קריסטי

מועדון תרבות

„סינדי לאופר הישראלית" משמאל, איאן קריסטי ויוסי חביב, מימין: עכשיו בארץ

המוני בני נוער הציפו את החנות „בוי", בת"א, ערב הפתיחה בשבוע שעבר. בוי ג'ורג' שלח מברק ברכה והוסיף שיבוא בקרוב. מעריציו השתוללו מהתרגשות. הכל מגיע לכאן, במוקדם או במאוחר.

מסתבר שיש בארץ מועדון מעריצי בוי ג'ורג' מוכר וידוע. „החנות הזו תהיה מקום מפגש למעריצי בוי ג'ורג'", הבטיח יוסי, מנהל מועדון המעריצים, שגם יעבוד בחנות פעמיים כשבוע. „עד עכשיו נפגשנו לא הרחק מכאן, בכיכר דיזנגוף. מעכשיו יהיה לנו בית".

כדי לא לקפח את הקולגה שלו, קרא 'סינדי'

והנה, כבמטה קסם, הופיעה סינדי לאופר. לא, לא ממש. רק נערה יפה בעלת שיער אדמוני, העונה בדרך כלל לשם איריס. יוסי הציג אותה כ„מנהלת מועדון מעריצי סינדי לאופר".

„אנחנו משתפים פעולה כי אני לא מתנגד לסינדי לאופר והיא לא מתנגדת לבוי ג'ורג'", הסביר יוסי ברצינות גמורה, כאילו מדובר ביחסים בין מעצמות. איאן קריסטי, מנהל החנות ובעל הזכויות של אופנת „בוי" בארץ, אנגלי צעיר שהתאהב בישראל, הביט בהם בהנאה. גם ג'ון טרוין, האיש שהקים את אופנת „בוי" לפני 10 שנים, חי כיום בישראל. נו, אז מה עוד חסר בארץ?

רוני סומק ומנחם זילברמן

דיסקוטק זו לא מלה גסה

מימין לשמאל: רוני סומק, נספח התרבות האוסטרי פרולין ומנחם זילברמן: פופ מסוכן

„ספריה בג'ינס" הוא מבצע חדש של „בית אריאלה" („שער ציון"), הספריה העירונית של ת"א. המטרה: להרחיב את פעילויות הספריה. מעתה, אם תלמיד מתעייף אחרי שלוש שעות בחברת ספר של קורצוויל, הוא יוכל לרדת למטה ולבקר בתערוכה אודיו־ויזואלית על פופ.

בשבוע שעבר נפתחה, בשיתוף עם המועצה הבריטית, שליד שגרירות בריטניה, תערוכת „מוסיקה בריטית בשנות ה־80". האולם התחתון של הספריה נראה כמו אגף של חנות התקליטים הנודעת „וירג'ין" בלונדון. הקהל יצא מגדרו. מי לא נראה שם צמוד לאוזניות? אפילו נספח התרבות הרציני של שגרירות אוסטריה.

„הכוונה אינה להפוך את הספריה לדיסקוטק, אלא רק ללמד קהל מבוגר שדיסקוטק זו לא מילה גסה", הסביר המשורר רוני סומק, המסייע לחוה ליברזיס בפרוייקט.

רוני סיפר שהתערוכה הבאה באותה מסגרת היא תערוכת אופנועים, על כל היבטיו החברתיים של הכלי. הבעיה היא שאופנוע הוא כלי מסוכן. אז קפץ השחקן־בדרן מנחם זילברמן והכריז: „גם פופ זה דבר מסוכן. כמעט כל מי שיצר מוסיקת פופ מת בטרם עת. גם מוסיקה בכלל זה מסוכן. תחשוב לרגע כמה מאוהדיה שהובן טמונים באדמה, ולראיה הוסיף: „הרולינג סטונס תרמו פעם דם למבצעי צה"ל ויהודה שלמה נכנסה לטריפ'..."

אריה דולצ'ין

„מר יהודי"

הום שיבחו את דולצ'ין בעברית ובאנגלית, בספרדית ובאידיש, וקראו לו בשמו המלא: אריה־לייב. המסיבה שערכה אגודת הסופרים לכבוד אריה דולצ'ין, היו"ר היוצא של הנהלת הסוכנות היהודית, עם צאתו לאור של ספרו „בשרות האומה", היתה מעין מפגש של נשמות יהודיות, אך בעיקר שיר הלל לדולצ'ין.

פרופ' יוסף גורני מאוניברסיטת ת"א הכריז: „את דולצ'ין אפשר לכנות 'מר יהודי' – ילדות במזרח אירופה, נעורים ובחרות במכסיקו וחיים בישראל"; וקרא באותו מעמד „לחזור לחיבת ציון", כמו לפני 100 שנה.

בת־אל, רעייתו היפה של יעקב אורלנד, סיפרה בדיחות באידיש ואילו הסופר בן־ציון תומר דאג לציין ש„דולצ'ין חטא בנעוריו בכתיבת שירים באידיש" ושיש לו „יכולת לחזות את הנולד, כמו נשירת יהודי בריה"מ, אותה צפה מראש".

חתן פרס ישראל, אברהם סוצקבר, העיד שהוא מכיר את דולצ'ין כבר 50 שנה ו„כשדולצ'ין היה בן 13, בעיר הולדתו מינסק, הוא כבר ערך קבלת פנים למשלחת של משוררי אידיש".

מימין לשמאל: אריה דולצ'ין, אברהם סוצקובר, יעקב אורלנד ואשתו, בת־אל: קבלת פנים בגיל 13

אוזיאש הופשטטר

כמו ואן־גוך

„הכל סוד ואנחנו מבינים מעט מאוד, אבל בלי אהבה אין שום טעם לחיים", אומר הצייר הותיק אוזיאש הופשטטר, החוגג בימים אלה את יום הולדתו ה־82, בפתיחת תערוכתו, בגלריה גבעון בת"א.

הופשטטר התחיל לצייר לפני כ־50 שנה. „בגיל 30, כמו ואן־גוך", לדבריו. חייו מלאי עליות ומורדות וכמובן, נדודים. הוא נולד במערב גליציה, עקר עם הוריו לוינה כשפרצה מלחמת העולם הראשונה, ועבד כסוכן קקאו. הוא חי שנים בהולנד, חזר לוינה, עבר את מוראות השואה, שב לפולין, עבד כגרפיקאי בורשה ועלה ארצה לפני 30 שנה.

במשך 13 שנים עבד כשומר לילה במכון הגיאופיזי באזור. 13 שעות ביממה עם כלב לצידו. יום אחד גילה אותו הסופר בנימין תמוז. מאז ערכו לו עשרות תערוכות, ביניהן במוזיאון ת"א, מוזיאון ישראל ומוזיאון לאמנות מודרנית בחיפה.

אוזיאש הופשטטר: בנימין תמוז גילה

רינה פושקרנה

הפתעה למורה

אורה יבניאלי מימין, ורינה פושקרנה: בסגנון הודי

וינוד פושקארנה, הודי בראהמיני, היה קפטן על ספינות משא. יום אחד נמאס לאשתו, רינה, בת לאב סיקי ולאם יהודיה, מההיעדרויות הארוכות מהבית. כדי לקשור אותו לארמה החליטה לפתוח מסעדה. איפה? לא בבומביי ולא בניו־דלהי, אלא בתל־אביב. מוצאה ההודי של אמה הוביל אותה ישר לכיכר דיזנגוף. המסעדה, „טנדורי", תחגוג בקרוב שנתיים להולדתה. סיפור הצלחה עם המשך – בראשית ינואר יפתחו רינה ווינוד סניף של „טנדורי" במלון „לגונה", אילת.

„טנדורי" היא לא רק מסעדה אלא גם מקום מפגש חברתי. בשעות אחה"צ מתקיימות שם קבלות פנים, כמו זו שערכה אורה יבניאלי (מהמועצה לתרבות ואמנות) לידידיה. בין 'סאמוסה' ל'גולאב ג'אמון' עם לגימה מה'לאסי' (שבמקרה זה אינו כלבה אלא משקה המוגדר כ'נקטר אלים'), נפגשו ח"כ עדי אמוראי עם ליאון צדרני ורמה סמסונוב עם שתיים מתלמידותיה.

הזמרת רמה סמסונוב היתה מחנכת כיתה א' בבית־הספר הריאלי בחיפה, לפני קום המדינה. היא היתה אז נשואה לבעלה הראשון יחיעם וייץ ז"ל, שנפל במלחמת העצמאות. בקבלת הפנים ההודית התרגשה לפגוש שתיים מתלמידותיה דאז, שכולן, כולל המורה הן כיום סבתות זוהרות. שתי התלמידות הן אורה יבניאלי ורותי בורמן, רעייתו של מנתח הלב פרופ' יוסף בורמן.

רחל פדרמן

ארגון לגברים בלבד

רחל פדרמן: לא חברה רשמית

לפני 60 שנה, נמצאה תינוקת אבודה בתיאטרון בפיסבורג, פילדלפיה. היה צמוד אליה פתקובו שמה, וראייטי, ובקשה שאנשי התיאטרון יגדלו אותה. בהשראת אותו מקרה החליטו לייסד את אירגון „וראייטי".

ב־29 בחודש, יערך במלון הילטון ת"א הנשף הגדול של „וראייטי" בישראל, שכל הכנסותיו קודש לפעילויותיו של האירגון למען ילדי ישראל. אורח הכבוד יהיה נשיא המדינה, חיים הרצוג, שייסד את „וראייטי" בארץ לפני 20 שנה.

„וראייטי התחיל כאירגון של גברים. עד היום נשים לא יכולות להיות חברות בו וזה חבל", אומרת רחל פדרמן, רעייתו של מנכ"ל רשת מלונות „דן", עמי פדרמן, חבר הנהלת „וראייטי". את הפעילות שלה באירגון היא עושה בלי להיות חברה בו. מכירות פומביות בבית, מכירת כרטיסים לאירועים, אירוח חברי ההנהלה העולמית.

רחל פדרמן יפה, בלונדית, עיניים כחולות, שזופה. נולדה בארץ, עבדה במשרד נסיעות, נסעה אחרי הצבא ללונדון, שם פגשה את פדרמן. במשך 10 שנים התמסרה לגידול 3 הילדים ולפעילות ציבורית. באמצע דצמבר היא תחזור לעבודה מחוץ לבית – פותחת חנות מתנות במלון „דן אכדיה", הרצליה.

שלוה בן־גל

החצאית כמעט נפלה

מאות אנשים פקדו בשבוע שעבר את מועדון „פלקה" המחודש בת"א. לקראת חצות הביאו את כלת השמחה, שלא ידעה שזו מסיבת יום הולדתה. שלוה בן־גל, מארגנת אירועים ותצוגות אופנה, היתה בטוחה עד אותו רגע שהיא באה לעבודה. הצליחו לעבוד עליה באינטריגה סבוכה. אפילו החתימו אותה על חוזה לאירגון תצוגות אופנה ב„פלקה".

המעצב ההולנדי היושב בירושלים, תיאודור סי, נתבקש להכין לה שמלה חדשה ליום ההולדת מפני שהמארגנים, בעלה של שלוה וידידים, ידעו שכל בגד שתלבש באותו ערב, יראה כמו שק. למה? שלוה, העסוקה כיום בהכנת תצוגות „מאז ועד היום" – 40 שנות אופנה בישראל (אותן תעלה ברחבי הארץ), לקחה חודש חופש ופרשה להתנזר ממנעמי החיים, כדי להיפרד ממטעני משקל עודף.

שבוע לפני המסיבה, התקשר אליה האופנאי וביקש שתמדוד את עצמה כדי שיתפור לה בגד חדש. כשהגיעה ל„פלקה" חטפו אותה מיד כדי להלביש אותה. „מה שהם לא לקחו בחשבון, זה שנשארתי עוד שבוע במכון ההרזיה ורזיתי עוד 4 ק"ג", אמרה בסוף הערב שלוה, שנאלצה כל הערב לאחוז בידיה את החצאית כדי שלא תיפול.

שלוה בן־גל עם ניצה שולמן־לדר משמאל, אנאבל טמיר וסיגל, מימין: הפתעה לילית

ז'אן־לוק קלמו

תכשיר פלא לרגלי המלצרים

תחילת הסיפור היא במונקו, קיץ 1939. התיירים מילאו את בתי המלון, בתי הקפה והקזינו. אחד המלצרים של „קפה דה פארי" הלך לבית המרקחת ושאל אם יש משהו להקל על הרגליים הכואבות מרוב עמידה. תכשיר כזה עדיין לא היה, אבל הרוקח, יהודי בעל חוש עסקי, החליט להמציא אותו באותו רגע.

הוא עשה ניסיון עם המלצרים של קפה דה פארי. השמועה על ההמצאה פשטה מיד. באו עובדים של בתי הקזינו ובתי המלון וביקשו אותו דבר. הרוקח התחיל לייצר את התכשיר, „אקיליך", על שם אכילס. אלא שאז פרצה המלחמה.

שבע שנים חלפו. ב־1946 הקים אותו רוקח יחד עם שני שותפים את חברת „אספטה", המייצרת ומוכרת כיום בעולם כ־10 מיליון שפופרות „אקיליך".

החודש ביקר בארץ פרנסואה מאס, אחיינו של אחד ממייסדי החברה, יחד עם מנכ"ל אספטה, ז'אן־ליק קלמו, כאורחי חברת „כ.צ.ת", שתייצר ותשווק בארץ את מוצריהם.

„יש אנשים באפריקה שלוקחים אגוזים, טוחנים אותם ועושים מהם מרקחת חמאה, שהם מורחים על גופו של הרך הנולד", סיפר קלמו, במלון שרתון ת"א, על מקורות ההשראה

ז'אן־לוק קלמו מימין, ופרנסואה מאס: פטנט

למוצרי „אספטה". „לפני שמונה שנים התחלנו לייצר מזה משהו".

קלמו הוא אספן עתיקות, בעיקר רהיטים. „אשתי רבה איתי בגלל שאני קונה יותר מדי רהיטים. היא אומרת שכבר אין מקום בבית", סיפר בעוד עמיתו הצעיר, פרנסואה, מתגאה בתחביב מקורי יותר: איסוף קטעי עיתונות על לידתם ומותם של אנשים מפורסמים וצאצאיהם.

ריה על הבמה: ביקורת על מינהגים מיושנים

שאשה יהודיה תעלה על הבמה, תציג את עצמה ועוד תעיז לשחקן בקרב יהדות גרוזיה, זו בושה גדולה. אומנם בשנים האחרונות, נראות פה ושם בלהקות־מחול רקדניות גרוזיניות, המתהללות להנאתן. אבל זהו תחביב, לא מקצוע. מישחק על בימה – זו כבר כמעט הפקרות.

ריה ונצובסקיה יודעת את זה היטב; ובכל־זאת החליטה לעשות את הבלתי מקובל ולהגשים חלום ילדות. עכשיו היא שחקנית מוכרת בעדתה.

„בתחילה ראו בי אשה זרוקה, מהרחוב. איך אני מעזה? אבל בשבילי זאת שליחות, שנועדה לשנות דברים ומינהגים מיושנים. ואכן, דברים באמת השתנו תודות לתיאטרון שלנו. במיוחד יצאנו נגד נישואי בנות בגיל 12־13. אנשים שבאו לתיאטרון וראו את עצמם, קיבלו את הביקורת. הבינו. במשך הזמן הוכחתי לחלק מהם שאשה משחקת, שום דבר לא יורד מכבודה".

היו שהדירו רגלם מהתיאטרון הגרוזיני. סירבו לראות את הבושה. ישנם כאלה שלהיפך, נמשכו לראות את התופעה המוזרה. כך הפכה ריה לשם דבר בקרב יוצאי גרוזיה. קשה למצוא דובר גרוזינית, ששמה לא יאמר לו משהו. חלק מראשי העדה רואים בה חלוצה ומנהיגה. אם כי עדיין יש מי שמעדיפים שתיעלם מהבימה.

13 שנה היא משחקת. ריה קיוותה שההלם הראשוני יעבור תוך זמן קצר. השנים חלפו, אך המחלוקת נותרה בעינה. עד היום לא קמה בעדה הגרוזינית אשה נוספת שהעזה להיות שחקנית מקצועית.

■■■

היא שיחקה בהרבה הצגות ובשני סרטים. תקופה ארוכה השתתפה בשתי להקות בעת ובעונה אחת. בסרט האחרון מילאה את כל תפקידי הנשים. עד היום לא קיבלה אגורה על מישחקה. גם לא ביקשה. „שליחות", היא אומרת.

בת 47. עשרים שנה אלמנה. דקת־גיזרה, מדברת בלהט. שני בניה הנשואים תומכים בה. הגדול ביניהם רקדן בלהקת־מחול. ללכת למר על הבימה.

בעבר הופיעו בתיאטרון הגרוזיני רק גברים. הסיפורים נסבו סביב גברים, כאילו שנשים לא קיימות. היא הכניסה את דמות האשה לתודעה, את האהבה, השינאה. החיים האמיתיים הועלו לפתע בפני הקהל.

„ידעתי שאני עושה משהו חשוב. הצגתי בכל הארץ. ראיתי מבטים נשלחים אלי. למרות המישחק הטוב, היו אנשים שהפרעתי להם. וזה לא הפריע לי לשחק, אבל מאוד כאב".

תמיד רצתה להיות שחקנית. חלומות ילדות שנראו כאילו לא יתממשו לעולם, התעוררו 20 שנה מאוחר יותר.

את הרגעים היפים ביותר בילדותה, בילתה במישחקי תיאטרון בחדרי בית הוריה שבגרוזיה. ההורים חשבו שהיא וחבריה משחקים להנאתם. בחדר נכתבו טקסטים והועלו הצגות.

בגיל 15, החלומות והמישחקים מפנים את מקומם למציאות. ריה נישאת באמצעות שידוך שנקבע מראש.

מה רצית להיות?

– „שחקנית או זמרת. היה לי קול יפה. אחר־כך עברתי ניתוח והקול נעשה צרוד. ידעתי אז שלא אוכל להיות שחקנית. בכל זאת קיוותי להגיע למשהו, ולא להסתפק בהיותי עקרת־בית שמגדלת את ילדיה. אבל זה מה שהייתי".

■■■

המשיכה לתיאטרון ולמישחק לא עוזבת אותה. כל הצגה שהגיעה לאיזור, הלכה לראות. „עם בעלי או בלעדיו.

בראוו, ריה

בעדה שלה היא תופעה ייחודית ● ריה וונצובסקיה, שחקנית מקצועית בשתי להקות התיאטרון הגרוזיניות בארץ ● למה בשתיים? כי אין עוד שחקנית בין יוצאות גרוזיה ● אשה המעיזה להציג את עצמה לראווה על הבימה נחשבת זולה, התנהגות שגובלת בהפקרות ● ריה רואה בהופעה על הבימה שליחות, מאוכזבת שאין ממשיכות בדרך שסללה

מאת אלי חליפה, תצלומים: קלוד אפללו

ריה ונצובסקיה: לנשים קשה יותר לקבל

העיקר לצפות בהצגות. גם אם היה מאורע משפחתי באותו ערב, אני הלכתי לתיאטרון. מצאתי תמיד סיפור כתירוץ. הצגה לא החמצתי".

ריה השלימה עם מצבה. הבן הבכור קיבל עידוד להיות מה שהיא לא זכתה לו. כילד עלה לבימה בעידוד אמו. ילד פלא.

בינתיים מתאלמנת ריה ומגדלת את שני ילדיה בעצמה. ב־1973 עולה המשפחה ארצה עם עליית יהודי גרוזיה. מגיעה לאשדוד עם שני ילדיה. מחוסכונות שהביאה עמה היא מקיימת לילדים להקת מחול. בנה כבר היה כוכב. אשדוד זוכה ללהקת מחול ראשונה.

יום אחד פגשה בחבר־ילדות ששיחק עמה בתיאטרון הילדים הביתי בגרוזיה, יוסף קריחלי, בימאי. קריחלי סיפר שהוא רוצה להקים להקת תיאטרון מודרנית. הציע לה לשחק מתפקיד האשה. ריה החלה מגשימה חלום, במציאות, אבל נוכחת לדעת שזו מציאות לא קלה.

חשבת מה עלול לקרות בעקבות הצטרפותך?

– „רציתי מאוד לשחק. לא היססתי לרגע. החלום הגדול שלי, שחשבתי שלעולם לא יתגשם, עמד להתגשם. איך יכולתי לחשוב על דברים אחרים? עניתי לקריחלי מיד, שאני מצטרפת. אעשה הכל, הבטחתי לו, רק שייתן לי לשחק".

התיאטרון שלהם העלה בעיות מתחומי החיים של עולי גרוזיה. ריה הפכה כוכבת. כמו שחקנית אמיתית – שצריך להיכנס לדמותה של בת 16, או דמות של ישישה על ערש דווי – ריה עושה זאת.

■■■

„העלינו בתיאטרון ביקורת על מינהגים מיושנים. לא ביקורת משפילה. להיפך – עוזרת, בונה, מחנכת. היצענו גם פיתרונות. רצינו לפתוח לאנשים את העיניים".

לדוגמה?

– „אחד הנושאים החשובים ביותר היה בעיית נישואי הילדות. היה נהוג אצלנו להשיא נערות בנות 12־13. לא יותר. משום מה אפילו בגרוזיה לא נהגו להשיא אותן בגיל כל־כך צעיר. פה נפוצו שמועות על חטיפת ילדות על־ידי מחבלים ועוד סיפורים לא נעימים.

„אני מצפה שהצעירות ישחקו בארץ בגרוזינית. זאת השפה שלהן. לא חייבים לזרוק הכל, רק בגלל שאנחנו חיים בישראל. אפשר להציג בשתי השפות. צריך לשמור על החלקים הטובים של המסורת. זה לא פחות חשוב ממה שאנחנו עושים היום"

האמונות פתוח. חלקן היו בהיסטריה. רצו אל השדכניות שהתחילו לפרוח. עבור הילדה שנישאה, היה הסיפור הזה לפעמים טראגי. את זה הראינו בהצגות. בלי דרמטיזציה מיותרת. כמו שזה. החל מאיך שהשדכנית מתכננת חתן לילדה, שבאותה שעה היא עצמה משחקת בכדור עם חברות, וכלל לא יודעת שגורלה וחייה עומדים להשתנות בקרוב מאוד.

הראינו איך הילדה עומדת תחת חופה. בין־לילה הופכת לרעיה ותוך פחות משנה לאמא קטנה. היא אפילו לא הספיקה לחלום על דברים שתרצה לעשות בחייה.

„הראינו גם את הצד האחר של המטבע. ילדה שגדלה, לומדת ומתפתחת. בונה לעצמה קריירה. אחר לא מזלזל בה. היא נישאת לבחור שהיא אוהבת. חיים מאושרים. זה עזר להוריד את שכיחות התופעה".

איזה תפקידים שיחקת?

את השדכנית הרעה, הצגתי כמו שהיא. מירשעת. את מכאובי הילדות העברתי כמו שהם".

בימאי גרוזיני נוסף, מיכאל נניקשווילי, ניסה להקים להקת תיאטרון. חיפש שחקנית ולא מצא. למרות שידע שריה משתתפת בתיאטרון אחר, הוא הציע לה לשחק אצלו ולו באופן חלקי. ריה נענית ברצון. שני הבימאים מתאמים את העבודה ביניהם. ריה רצה מתיאטרון אחד לשני.

■■■

„זאת היתה עבודת־פרך. הרבה לילות עברו עלי ללא שינה. לפעמים הייתי חולה, הרגה מעייפות. על הבמה (המשך בעמ' ...)

בשורה חמה ובטוחה מבית "פֶרֶג":
תנור חימום טורבו חדשני

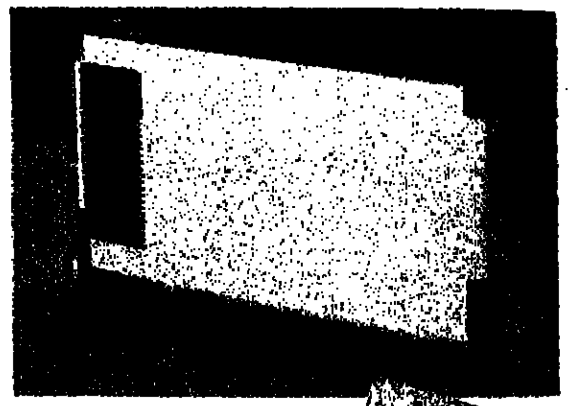
אחריות לשנתיים

חדש

ישר מהתנור. "פרג טורבו"

"פרג" הוא מפעל שעשה לאנשים הרבה חום בחורף וקור בקיץ במשך כמה עשרות שנים. עתה גם את יכולה להנות מתנור חדשני ויוקרתי של "פרג"; פשוט נוח, יפה, אמין, בטוח וגם חכם.
תפוקת התנור 2000 W במתח של 230 V.

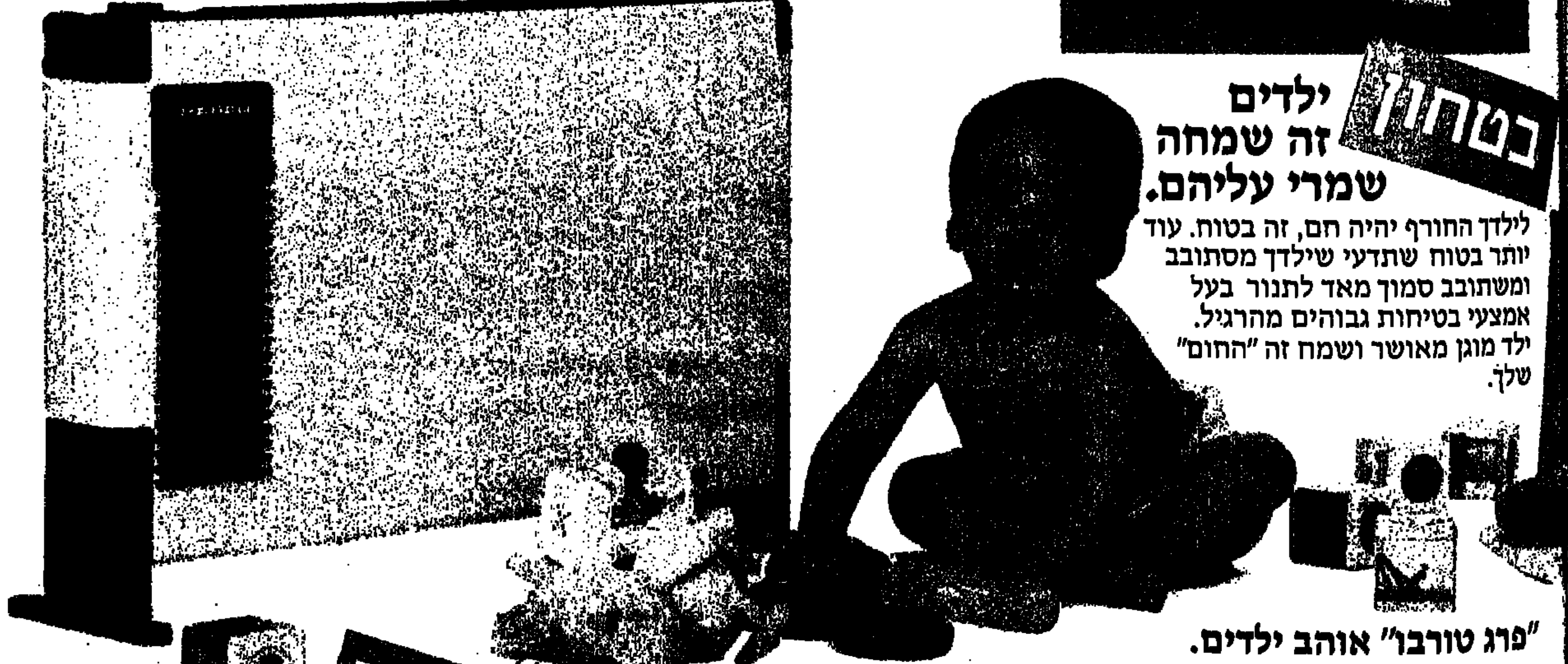
נא להכיר: "פרג טורבו".



בטחון

ילדים זה שמחה שמרי עליהם.

לילדך החורף יהיה חם, זה בטוח. עוד יותר בטוח שתדעי שילדך מסתובב ומשתובב סמוך מאד לתנור בעל אמצעי בטיחות גבוהים מהרגיל. ילד מוגן מאושר ושמח זה "החום" שלך.



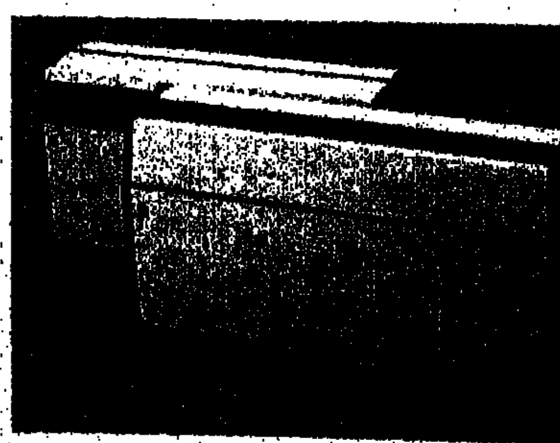
"פרג טורבו" אוהב ילדים.

33 שנה

"פרג" כרטיס ביקור.

איכות מוצרים ללא פשרה, מוניטין של עשרות שנים ואמינות גבוהה, הם שהביאו את "פרג" לליגה הראשונה. עשרות משרדי ממשלה, שדות תעופה, רשת מלונות דן, חב' "אינטל" ומע"צ הגדולה אמרו כן ל"פרג" ולמה? כי למקבלי החלטה במוסדות הללו השם "פרג" אומר - איכות. כי מכון התקנים העניק למוצרי החב' תו תקן (בדוק לפני כל קניה, זה חשוב!!). כי השרות של "פרג" הוא כמו מכונה משומנת. והעיקר וזה מה שבאמת חשוב: "פרג" היא חב' עם כתובת, שמקרינה הרבה אמינות. וחום עונה אחר עונה אחר עונה.

אבא טוב. "פרג".



המזגן המפוצל של "פרג" עם הפטנט... השקט.

מבצע

קבלי את מחצית כספך בחזרה במבצע חם קר.

הכנסי עוד היום (המלאי מוגבל) לאחת מחנויות החשמל וקני את ה"פרג טורבו" במחיר היכרות, אנו מאחלים לך חורף חמים ונעים, תתחדשי. באביב תשובי אלינו חזרה וכאשר תרכשי מזגן מפוצל של "פרג", נזכה אותך במחצית מחיר ה"פרג טורבו" שקנית כפי שמופיע בחשבונית.

לכל עונה הפרג שלה.

מפעלי פרג מאוחדים בע"מ
ת.ד. 1201, ירושלים 91012
טלקס: 26224 PEREG IL, טל': 5-853121-02

להשיג בחנויות החשמל המובחרות
כמו כן ברשת חנויות בית המזגן וגל־קור ז'בוטינסקי 78 רמת־גן.
מפיצים לחנויות בלבד: המרכז והדרום - "אחים ירוחם" 03-373929, 03-381874.
חיפה והצפון - א. נצה בע"מ 04-661985, 04-664891, ירושלים - ונטורה 02-228987

אשכולות ● צ'יסמריו-ברקן

הפנתר הוורוד

שלומי סיסו בארץ. מאחוריו: 15 שנה בניו־יורק, הצלחה מרשימה בעסקי האופנה, התפכחות מהחלום האמריקני ● "כשהייתי בן 25 הרווחתי יותר מאלף דולר ביום. הקצב שלהם הוא כמו בבית משוגעים. כל היום סופרים כסף" ● "כאן אתה קם בבוקר, הולך לים. לאן אפשר ללכת במנהטן? אם ציפור נכנסת לשם בטעות, היא נחנקת" ● ישראלי ש'עשה את זה' וחזר. מונולוג

מאת שרש מיימון, צילום: ציפי מנשה

„בשנת '71 עזבתי את הארץ. הייתי ילד ישראלי, בן 21, שגמר צבא והיה על הקרשים. כל מה שהעסיק אותי היה איך להסתדר. פניתי כה וכה, ולא מצאתי מוצא. היה ברור לי שאני לא נשאר כאן. לא באתי מהשמנת. גדלתי בבת־ים, 11 ילדים, מצב כלכלי קשה". הסיפור של שלומי סיסו יכול להיות חומר גלם לרומאנים ולסרטים: גבר נאה, שרמנטי, אינטליגנטי, חושים של חיית רחוב, יוצא מהשכונה, נוסע לכרך הגדול ומשחק אותה בגדול: בגיל 25 היה בעליה של חנות אופנה עלית, במיקום יוקרתי, ושיווק „שמאטס" ברחבי ארצות־הברית. הרווח: אלפי דולרים בחודש.

לפני כארבע שנים, אחרי 15 שנה

שולחן של 12 איש, וכל טוב על השולחן. לא היה חסר כלום. למרות שהייתי גם יתום וגם עני, לא הרגשתי דפוק. בתוך תוכי הרגשתי שפעם אהיה מסודר. שיהיה לי הרבה כסף".

„היתה לי ילדות נהדרת. אכבר ילדות. לא היו מותרות, אבל היו שימחת חיים וחום. אני זוכר איך אמא שלי היתה מחכה כל יום שנחזור הביתה. היה כיף לחזור הביתה, להריח את האוכל. שולחן גדול, אווירה חמה.

„לחיות עם 11 אחים זה משהו אחר לגמרי. זה אומנם צפוף, כל בוקר פקק תנועה לשירותים, אבל סך הכל היה על הכיפק. היו הרבה צחוקים. כשהיינו ישנים, היינו זורקים בדיחות מחדר לחדר. אנחנו גם קשורים מאוד, כל האחים".

„אז היתה לי ילדות קשה, אבל זה חישל אותי. הכשיר אותי לחיים. סך הכל, אצלנו בסימטאות, היתה תקופה מעניינת. למרנו שהחיים זה לא פיקניק, וחייבים לצאת לג'ונגל כדי להצליח. כשאתה מגיע לניו־יורק, לג'ונגל, אתה מחוסן. אתה מכיר את כללי ההישרדות מהשכונה, ומצד שני החום של האמא מלווה אותך כל הזמן".

סיסו הכין מוקדם מאוד את האימרה: „אם אין אני לי מי לי". כשהשתחרר מהצבא היו לו כמה אפשרויות: להירקב בשכונה או להיפלט החוצה, לחפש את מזלו בעולם הגדול. בגיל 21 החליט סיסו ללכת על ניו־יורק. היו לו 500 דולר בכיס, וכתובת של חבר בברוקלין. הוא הרגיש שהוא חייב לנסות. למציאות הישנה יכול היה תמיד לחזור.

„כשהלכתי לקנות סחורה לחנות, שאלו אם יש לי קרדיט. אמרתי: בטח. בכלל לא ידעתי מה זה קרדיט. מי הבין בכלל בעסקים? הרי הגענו מהסימטאות היישר למנהטן".

אחרי שנתיים, הוא שוכר בכספי החסכונות חנות במיקום יוקרתי: לקסינגטון ורחוב 70. אחד הצמתים היותר יקרים במנהטן. רק השכירות עלתה אלף דולר בחודש, סכום עתק באותם ימים. הוא קורא למקום: „סיסו בוטיק".

„הלכתי על אופנה יקרה ואקסקלוסיבית. האמנתי בעצמי. הייתי בן 24. הלכתי למרכז האופנה בשדרה השביעית. נפלתי על המעצבים הכי גדולים: רלף לורן, סקוט ברי, ג'ורג'יו סנט־אנג'לו, קשארל, פרנק אוליבייה ועוד. התחבבתי עליהם. בכל מקום שנכנסתי, קיבלתי אשראי. הדלתות נפתחו לפני כאילו אלוהים מכוון את הדברים. לאט לאט התחלתי לקנות חיסולים בניו יורק ובצרפת. רכשתי מחסנים בשדרה השביעית, ומכרתי משם לכל אמריקה. כשהייתי בן 25 הרווחתי יותר מ־1000 דולר ביום.

„העסק עבר פיצוץ. כל העשירות קנו אצלי. יוקו אונו היתה קונה טובה שלי. טעם נוראי. היתה קונה את כל הדברים מלפני שנתיים, שהייתי מת להיפטר מהם. איך היא? היא לא בדיוק שברית. ג'ון לנון היה בא איתה, יושב בצד ומחכה. ליזה מינלי היתה שכנה שלנו, והיתה קליינטית טובה. היתה קלה לאללה. באה מורדת, משאירה 3־4 אלף דולר והולכת.

„רוב הקליינטים שלי היו כאלה. בכריסמס, האחים וורנר היו באים וקונים מתנות לעובדות שלהן, בסכומי עתק. משהו כמו 20־30 אלף דולר. היו לנו גם הרבה שייכ'ים ערביים. קליינטים נהדרים. האשה היתה מסתכלת על הרגמים, בלי למדוד. הוא היה אומר: וואללה אחלא. ככה היו קונים".

יורדים. „מיד היה קליק בינינו. חשמל באוויר. היא למדה באוניברסיטה. הבאתי אותה אתי לניו־יורק. החלטנו להתחתן".

הנישואין וחיי המשפחה משנים את סדרי העדיפויות. הולדת הבנות, טלי ושרון, מבהירה לו ולרונית שלגדל ילדים בניו־יורק זו משימה כמעט בלתי־אפשרית. הם עסוקים בחיפוש מקום נאות לבנות: מנסים את לוס־אנג'לס, אך גם שם חשים בשיממון. אצל סיסו מבריק הרעיון: למה לא בארץ?

■■■

„אחרי שטלי נולדה, חיינו בניו־יורק. כשהיתה בת 3 לא היו לה חברות. כל הזמן היתה 'אפ אנד דאון במעלית', והשוער היה צועק: 'מיסטר סיסו, בוא תיקח את הילדה שלך'.

„עברנו ללוס־אנג'לס. קנינו שם בית מפואר. ראיתי שזה המקום הכי גרוע בעולם. אם אתה רוצה לראות אנשים אתה צריך לעשות מסיבה בבית. אתה רואה אנשים רק בפרופיל, יושבים במכונית. אתה לא מכיר אף אחד. הכל ריק. בדידות קשה.

„חזרנו לניו־יורק, ושרון נולדה. הלכתי להזמין את הקונטניינר. קמתי איזה יום ואמרתי: רונית, זהו זהו הגיע הזמן! היא לא רצתה לשמוע מזה. אמרתי לה: בואי ניסע לארץ לניסיון. היום היא לא רוצה לשמוע מאמריקה. שי לנס איט היר".

„בתת ההכרה ידעתי שאחזור לארץ. למרות הילדות הקשה, היה כאן משהו שהתגעגעתי אליו: האווירה של החבר'ה, הצבא. אלו דברים ששם חסרים. האמת היא, שאני מעריץ את אמריקה. באתי לשם תפרן, ונפתחו לי דלתות. אין מה לעשות, שם יש יותר אפשרויות. בואי לא נשכח שאמריקה היתה בית הספר הכי טוב שהיה לי בחיים. בניו־יורק הפכתי לאיש העולם הגדול. היום אני מבין את החיים אחרת".

■■■

בארצות־הברית, סיסו ומשפחתו חזרו לארץ. חבלי הקליטה שלהם כללו ויתור על אורח חיים אמריקני קל ומרופד. רונית, אשתו, עובדת היום אצל גדעון אוברזון, וסיסו רכש מהאחים רפי וטרי שאולי את המסעדה „תל־אביב הקטנה". הם מתגוררים בווילה ברמת השרון, שמחים ומאושרים. עכשיו הם כאן, ויש להם רק דברים טובים להגיד על הארץ. לדבריהם, שום דבר לא יזיז אותם מכאן.

■■■

לשלומי סיסו היו מירב הסיכויים להפוך ל„פנתר שחור". כשהיה בן שלוש אביו נפטר. אמו עבדה בשק"ם, פירנסה 11 ילדים. ספור קלאסי של ילדות מצוקה. אבל סיסו גדל כאיש אופטימי עם הרבה שמחת חיים בלי תחושות מרירות ושנאה. מה שאולי הבדיל בינו לבין צעירי שכונות וזעמים אחרים, היה החום והאהבה ששפעו בבית הקטן שלו.

„המצב הכלכלי היה קשה, אבל אמא שלי אשה חמה לאללה. אני מת עליה. האימהות הספרדיות יודעות למלא את הבית בדברים שקשורים אוחד אליהן.

כילד, עבר בעבודות שונות, עזר בפרנסת המשפחה. בבית ספר תיכון למד בקושי שנתיים. המצב הכלכלי לא איפשר 'מותרות' מהסוג הזה. „אחרי בית הספר הייתי הולך לעבוד בבניין. עשיתי כל מיני עבודות. בגיל 14 כבר הייתי סוחר. הייתי קונה רהיטים ומוכר לשוק הפשפשים. כל הזמן עושה קומבינציות. תמיד היה לי כסף".

■■■

היום, הוא מתבונן על ילדותו כעל תקופת טירונות שהכשירה אותו לחיים. נתנה לו את המרפקים ואת הדחף לצאת ולהוכיח את עצמו. ההסתכלות אחורה היא יותר פילוסופית: „היו לי כמובן תחושות קיפוח, אשכנזים, ספרדים. היום זה כבר לא מטריד אותי כי אני שבע. חוץ מזה, מצוקה יש בכל העולם. זו לא המצאה ישראלית. אל תשכחי שהמדינה היתה מתיתולים, עם המון בעיות, עם פליטי שואה. בכל מקום, אפילו בעסק חדש שאתה פותח, השנים הראשונות קשות.

„לא היכרתי אף אחד. בקושי דיברתי אנגלית. ידעתי להגיד 'הלו' ו'גוד ביי'. ניו־יורק הכניסה אותי להלם. כמו שאת מתעוררת באמצע הלילה ורואה מיפלצת עומדת מולך. קיבלתי שוק. החלטתי שאני חייב להסתדר. אחרי שבוע התחלתי לעבוד. עבדתי בספירת מלאי בחנות למכשירי חשמל אצל ישראלים, ברחוב 42 במנהטן. כשכושים היו באים לגנוב, שמו אותי כפתח, כי אני גדול וחזק. נראיתי חיית אדם. קיבלתי שני דולר לשעה. בערבים ובימי ראשון עבדתי בצבעות. לא היה קל. כל מה שהעסיק אותי, היה איך אני משלם שכר דירה, איך אני שורד".

■■■

סיסו מתחיל לשוטט במוקדי מסחר של ישראלים בניו־יורק. בכספי החסכונות פותח חנות קטנה לתיקים גלריברי עור ברובע היהודי, ב„לואר איסט־סייד". למה תיקים? כי זה מה שהיה חסר ברחוב. הוא מתחיל לראות כסף.

■■■

ההצלחה הכספית לא מסחררת אותו. לא מאבד את העשתונות. „הכסף הלהיב אותי, אבל אף פעם לא שיגע אותי. אותי מרתקים טבע ואנשים. האמיתיות של החיים. בניו־יורק של תחילת ה־70', זה היה קיים. היום הכל אחרת. אבל בואי לא נשכח שזה גם שינה את כל אורח החיים שלי. היכרתי אנשים. התבגרתי. יכול להיות שגם שכחתי הרבה דברים. כמו מה זה להיות בלי כסף".

„הדבר הראשון שעשה, עם ההצלחה: הביא את אמו לביקור בניו־יורק. „הכי חשוב היה לגרום נחת לאשה שהזיעה כדי לפרנס את ילדיה". אחר כך הביא את אחיו אליו. „הרגשתי שאני חייב לדחוף את כל האחים שלי. הבאתי אותם אחד אחרי השני. היום כולם מסודרים ברוך השם, רובם עדיין שם".

באחת מנסיעות העסקים שלו ללוס־אנג'לס, במסעדה ישראלית „אילת", מקום מיפגש של ישראלים, הכיר את רונית, בתם של ישראלים

סיסו ורונית נותנים בארץ. כמו כל זוג ישראלי אחרי 15 שנים אמריקה, בשנה הראשונה הם חושבים אלף פעם לארוז את המזוודות, אבל הילדות פורחות מן הרגע הראשון. ברגעי משבר, סיסו מעודד את רונית לתת צ'אנס למקום, ולהיפך, לפעמים רונית מעודדת אותו.

„כשהגעתי, הייתי מבולבל במשך שנה. קשה לחזור. שנה זה לא מספיק זמן לעשות חושבים. אחר כך אתה חוזר לניו־יורק ורואה שזה לא זה. שנגמר לך מהמקום. חצי שנה הסתובבתי. באופן טיבעי, חשבתי להיכנס לאופנה. ראיתי שזה קטן עלי. שם עבדתי עם דיזיינרים גדולים. החלטתי שזה לא בשבילי".

יום אחד בא עם רונית למסעדה „תל אביב הקטנה", והמקום היה ריק. ניהלה אותו ירדן לוינסון, שהיתה אז החברה של רפי שאולי. המקום מוצא חן בעיניו. סיסו בא שוב ושוב ולא מבין איך המקום לא עובד. „גיליתי שאין שם בעל בית. שמלצרים מנהלים את המקום.

„התחלתי להתעניין ברכישת המקום.

נפגשתי עם טרי ורפי שאולי, אבי אברמוביץ', אריה עופר, אליעזר בראון. הם היו חמישה שותפים. אבל כל אחד רצה לטייל בעולם. אני כבר הייתי שבע מטיולים. הם הציעו לי להיכנס כשותף עם שלומי פילו ומשה רוזן שניהלו את 'המסבאה', ולהחכיר מהם את המקום. הלכתי על זה. רציתי ללמוד את הענף. לראות אם זה בכלל מעניין אותי".

אחרי שחדר לעסק והבין איך זה דופק, סיסו החליט שהכי מתאים לו

„כל העשירות קנו אצלי. יוקו אונו היתה קונה טובה. טעם נוראי ● היתה קונה את כל הדברים מלפני שנתיים, שהייתי מת להיפטר מהם. איך היא? לא בדיוק שברית ● ג'ון לנון היה בא איתה, יושב בצד ומחכה"

לעבוד לבד. סיסו מגשש עם האחים שאולי, בעניין רכישת המסעדה.

„פניתי לטרי שאולי. רפי היה אז בלוס־אנג'לס. הצעתי להם לקנות את המקום וקניתי. לא משנה בכמה. הרבה הרבה דולרים טובים. הכנסתי טאץ' אמריקני. המודל: מסעדת „מקסוול־סלאמס" בניו־יורק. שיפרתי את האוכל, שיניתי את התפריט, לקחתי שני טבחים. טסתי עם הטבח לניו־יורק. הראיתי לו איך אוכל צריך להגיע

לשולחן. פה לא מנגבים חומוס. אצלי במסעדה יש אווירה בינלאומית. קליינטים מכל העולם".

■■■

המעגל הפרטי של סיסו: יציאה לניו־יורק, התבססות כלכלית והשתרשות באורח החיים האמריקני – אופייני לעשרות אלפי ישראלים. סיסו ורונית נמנים עם מעטים שחזרו ונקלטו. היתר נגרפים במירוץ, ואחרי 20 שנה מוצאים עצמם בחברה זרה, עם ילדים שמדברים אנגלית ומתביישים בהוריהם דוברי העברית.

סיסו ורונית נקלטו, אולי בגלל שהתעקשו יותר. בכל מקרה, אם משרד הקליטה היה רוצה מודל שייצג אותם בחו"ל, ויסביר לישראלים שם למה כדאי לחזור לארץ, הוא יכול להקליט את המונולוג של סיסו:

„פה זה גן עדן. כאן זה הבית. לילדים כאן שיגעון. חיי חברה על הכיפק. אז מה יכול להיות רע? יש לי וילה מטמטמת ברמת השרון, אני רוכב על סוס, או משחק טניס בהילטון, מגיע בערב ל'תל אביב הקטנה', העסק עובר יפה, שתי בנות, אשה יפה. מה עוד אפשר לבקש?

„הבאתי את אמריקה לכאן. אני חי באותה רמה, אבל במדינת ישראל. כשאני רוצה לתפוס קצת אמריקה, תופסים מטוס, קופצים לשם וחוזרים.

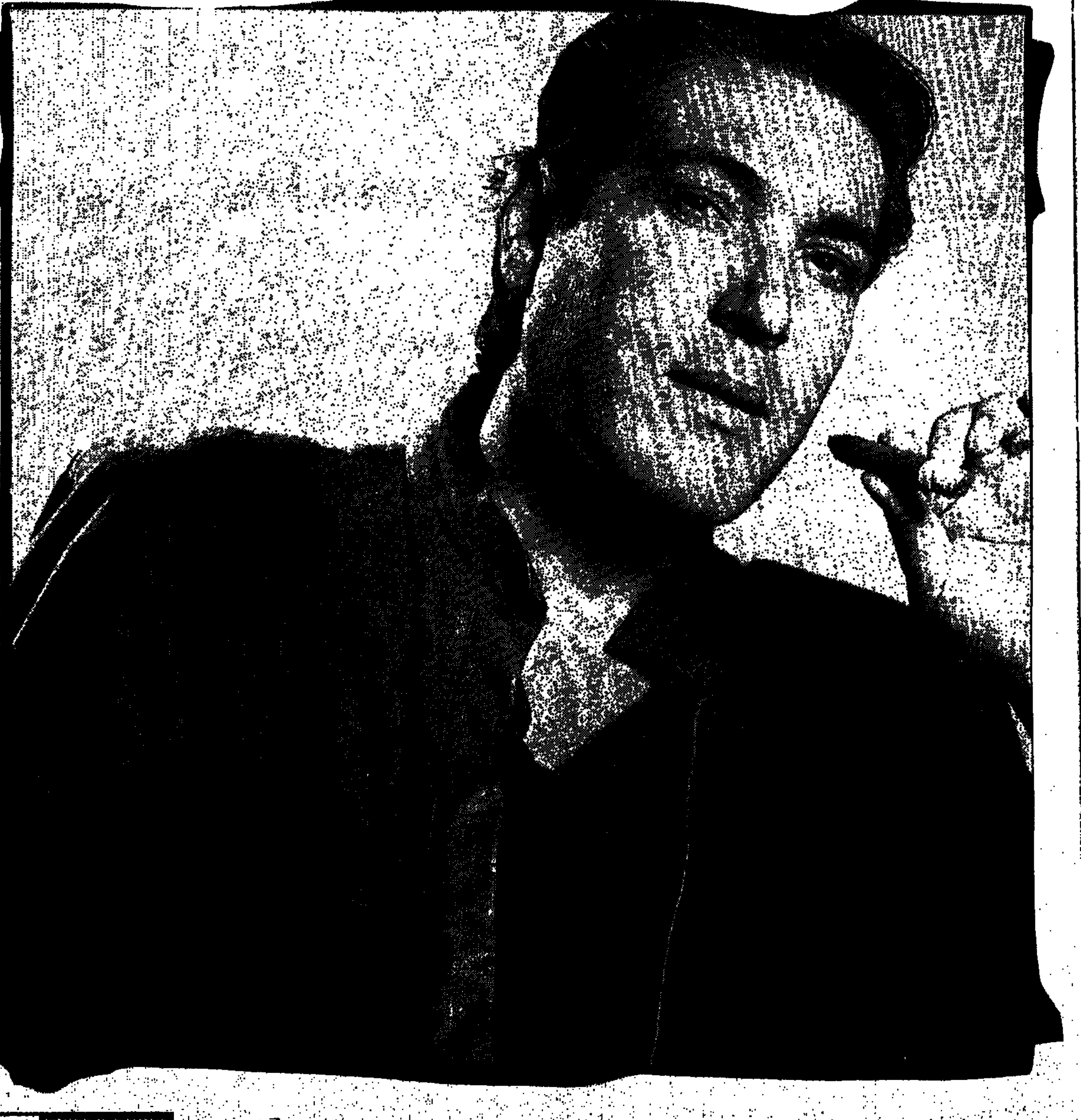
„בפעם האחרונה שהייתי בניו־יורק, לא האמנתי שחייתי שם 15 שנים. אחרי שאתה מתרגל לחיים כאן, הקצב שלהם

הוא כמו בבית משוגעים. כולם רצים אחרי הכסף, ובלאגן. כאן אתה קם בבוקר, הולך לים, נפתח לך הלב. לאן אפשר ללכת במנהטן? אם ציפור נכנסת לשם בטעות, היא נחנקת.

„אני מת על יום שישי בארץ. אתה יוצא, נפגש עם החבר'ה, קבלת שבת, אתה מרגיש את יום שישי כאוויר. באמריקה מי היה יודע בכלל שזה יום ששי? היינו עסוקים בלספור כסף. שם היתה חסרה לי נשמה. וכאן, יש הרבה נשמה.

„והאנשים בארץ על הכיפק, נפלאים. בברונקס, בברוקלין, בניו ג'רזי, מי מתייחס אליך בכלל? 12 שנים היה לי בית בלוס אנג'לס. אף פעם לא אמרו לי שלום. ולילדים שם זה אסון. חוזרים מבית הספר, ישר לטלוויזיה. פה, אני לא רואה את הילדות. כל הזמן משחקות עם חברים. בניו־יורק אתה תמיד על תקן של תייר. אפילו שיהיו לך 10 חנויות. תמיד הרגשתי זר. הבדידות הזו שם. כמה כסף שלא היה לי, הרגשתי ריקנות.

„בזכותי, המון חבר'ה חוזרים לארץ. להערכתי, החזרתי לארץ 15 זוגות. מי שרוצה לחזור היום לארץ בא אלי להתעניין. אנחנו נחשבים לסיפור הצלחה של קליטה מחדש. באים, שואלים אותי איך בארץ, ואני מסביר להם שזה אכבר מקום. אם בן אדם מתחיל לחפש באלגנים מתחת לבלטות, הוא ימצא בלאגן בכל מקום. גם בניו־יורק".



יהודית אוריין

פמיניזם נוסח רומא העתיקה

פילוסוף רומאי בשם מוסוניוס רופוס נשאל, אם יש ללמד גם נשים פילוסופיה, והשיב:

"הנשים קיבלו מן האל אותה יכולת שכלית כמו הגברים. ביכולת זו הן משתמשות לקומוניקציה וגם להבחנה, אם דבר כלשהו טוב הוא או רע. כמו כן, הנשים הן בעלות אותו מספר חושי של ראיה, שמיעה וכו'. לגברים ולנשים יש אותו מיספר אברי-גוף. יתרה מזאת, השאיפה הטבעית להשתלמות, מצויה גם בקרב הנשים כגברים גם הן מרוצות ממעשים יפים וצודקים. מרוע, איפוא, יישלל מן האשה הלימוד, איך להיטיב לחיות – שהלוא המרכזית של הפילוסופיה".

"חיים טובים בפילוסופיה הקדומה, אין כוונתם קוטג' ופוד-פרוססור. "העיקר לחיות חיים טובים", משמע חיים רוחניים, הגותיים, ולעשות הטוב.

אם אכן צדק החז"ל הרומאי מוסוניוס רופוס, מדוע כבשו הנשים במהפכתנו השיוויונית את מקומן כמהנדסות, רופאות, טייסות וקצינות-מארינס, ובכל זאת נפקד מקומן במצבת הפילוסופיה?

פולין כאן

כל מי שביקר בפולין, והוא מכור לקפה, יודע שיסבול שם יסורי גמילה קשים. גם בתחנות ובשוחד, אי אפשר להשיג שם כוס-קפה במקומות ציבוריים.

פולין האומללה עלתה בזכרוני, כשבילתי את השבת בבית-ההארחה של קפת-יתולים, שליד מעלות. נוף, אוויר כיין, נשמה יתרה – טוב, בכל אלה אי אפשר להאשים את קופ"ח. מסע ומתצה בבוקר, אני נכנסת לחדר-האוכל ומבקשת רק כוס קפה, להפריד את העפעפיים העליונים מן התחתונים. משיב לי האחראי בכל האדיבות, שאין קפה בשבת, כי אין מליקין אש במושבותינו. תנסי למטה נגר. למטה בבר – והשעה עשר בבוקר – משיב לי בן המיעוטים המנקה: אין קפה. ובת-המיעוטים החמודה מן הסבינה, מכברת את הריצפה, מסלסלת קלה בשמחת-חיים: גיברת, אין לך מה לחכות, גם לא יהיה.

הולך אדם לבית ההארחה של ההסתדרות, כדי להיזכר איך לא מצא קפה במלון ויקטוריה בווארשה, ואיך לא מצא סנדוויץ' במלון קוסמוס במוסקווה, והסוציאליזם מתחיל לקבל תבניות: בעצם, אלו שבנו כאן את ההסתדרות ואת קופ"ח, הם בדיוק אלו שבאו משם. לו נתחוללה המהפיכה הסוציאליסטית בידי יהודי המזרח, היו מכבדים בקפה עם הל וקינמון, עוד לפני יריית אבן הפינה של קפת-יתולים.

ארפתקה זו הספיקה לי כדי להבין במקצת את הדבר הנדיר, שבנו שם סטף, אשתו מרים ובנו איתן ורטהיימר. עיר-וורדים, גני-תעשיה, פאוויליונים של אמנות ואנשים יפים. יש למשפחת ורטהיימר איזה עיקרון ייצורי-יצואי, שהתקשיתי להבינו. אולם ההצלחה משכנעת יותר מכל תורה כלכלית אקדמית. אצלם זה עובר.

הומור של לוויות

טוביה סער, מפיק ועורך, הקשה על אריה נאור: מדוע סילק אותך הליכוד משורותיו, ואת משה עמירב לא סילק?

השיב נאור: איזו השוואה זו? עמירב נפגש רק עם יאסר עראפת, ואני הרי נפגשתי עם פרס.

כוס בראש

השיעמום יאה לירושלמים, אם יכלו לשבת עד תום המופע, ובסוף למחוא כף. אני חוככת בדעתי, אם גם הקהל התל-אביבי המוחצן, השבע והבוטח בעצמו, היה אף הוא מגיב כך על הצגתו של כוכב-עליון בלגי, הוא יאן פאבר.

ההגדרה "תיאטרון טוטאלי" צריכה לחשמל את כפתור האזעקה, גם כשמדובר ביבוא. דעתו של הדיוט תל-אביבי מצוי: הכוריאוגרפיה אינפנטילית, הביצוע – מופת של רשלנות. רגלי המחוללות – כל אחת בקורת בית-הבד – רועדות ומגששות אחר מקום הנחיתה. נפולת נמושות של שיעור מחול שנה א'. כשנשארו בביקיני, נלקחו הישר ממכון-הרזיה – מהתמונות שלפני. יאן פאבר – אולי סתם שונא נשים, הומו פאבר.

אין כל קשר בין שם המופע "הכוס בראש תהיה מזכוכית", לבין המסר "הנשר צונח פגוע בליבו על-ידי חץ העשוי מנוצותיו", לבין מה שבכלל לא קורה שם. אם הפאבר הזה לא היה בלגי, הייתי מקדישה לו את הרישום של טופור הנ"ל, שנקרא באנגלית "פרנץ' קקה", 1979.

פינת הפירגון

את אורה זיטנר שמעתי בראשונה בקיבוץ, בערב שהוקדש לזכרו של יעקב לוינסון. היא שבתה את לבי, לא רק ברטט קולה, אלא באישיות שמאחורי השיר. הזמרת חביבה במיוחד על סשה ארגוב, שעמד על סגולותיה. אך בהיותה נטולת מרפקים, עם יחסי ציבור צולעים, תעשיית התקליטים לא מגלגלת אותה. והנה מתברר, שבימים אלה, היא זוכה להצלחה מרעישה באירופה. זמרת הנפש הזו, ראוייה אצלנו ליתר ביקוש. איפה היא ואיפה שרהל'ה שרון החוחה. וכמה שאפשר בלי סינתיסייזרים. חבל להאפיל על גון צליליה הטבעיים.

שבחי הרבי ונפלאותיו

חסידיו של ר' מנחם-מענדל שניאורסאהן הניו-יורקי, הרבי מלובאביץ', מספרים על בקיאותו בהוויות העולם ועל כוחו הנבואי בפיננסים. מעשה בתלמיד חכם שביקש לבנות "כולל" בגיטו קווינס, ופנה אליו. נטל הרבי את ספר המיליונרים שלו, הטיל על כל אחד כמה שהטיל, וכל הממון הדרוש הובטח.

מעשה-שטן, נפלה הבורסה בוולסטריט. מיהר אותו תלמיד-חכם להזעיק את הרבי, פן יירד ממונם של יהודים לטמיון, אך לאלתר נענה: אין חשש, הרבי פקד על חסידיו לפדות את המניות לפני שנה בדיוק. יש לו לאותו גאון יסוד-עולם "א-וויטן קוק". גם חילוניים שבינינו נותרו פעורי פה. אין כצדיק בין הברוקרים.

דודו דוטן. בדיחה קצרה.

הרבי מלובאביץ'. צדיק בין הברוקרים בוולסטריט.

בין כה וכה, הסביר לי איש פיננסים מנוסה, בשנה האחרונה הרקיעו המניות עד לשמיים, וכל המושקעים עשו הון. כך שלטובת הסיפור ולטובת גדולתו של הרבי, מן הראוי היה לתקן את הזימון. לא שנה לפני המפולת, אלא חודש לפניה ציווה הרבי את חסידיו להיפטר מן המניות.

ועוד מופתים מחצרו של הרבי, שאינו עולה לארץ ישראל, על מנת שלא יירד ממנה:

אביה של ידידתי החרדית הוא מנאמני חב"ד. איש בריא, שוקנו יורד על מידותיו, והוא רואה ברכה במעשיו, בסחר יהלומים תכולים. נפל היהודי למישכב, והרופאים קבעו שהוא נזקק לניתוח. נשא הרבי הניו-יורקי תפילות למענו, וראה זה פלא, הניתוח הצליח. בין כה וכה חל זיהום קל, נדיר ביותר, והחולה נזקק לתרופה יקרה, שאין למוצאה בארץ. ניצבו הרופאים ליד מיטתו חסרי-עצות. אך לא יצא מעת-לעת והתרופה היקרה הגיעה במטוס, וישר לבית החולים, כשהיא לוטה בברכת הרבי, על דבר ישע והצלה. ואכן, נטל החולה את התרופה, וכעבור שעה הלך לעולמו.

אם אתם עדיין מחפשים מזור אצל הלובאביצ'ער, צלצלו: 00-1-718-4939250

עיתוי מוטעה

אחי ידידתי והספרית שלי מספרת לי בדיחות קרש, מאוצרו של דודו דוטן:

שלך אחד בא לרופא. שואל אותו הדוקטור: עכשיו נוכחת לבוא? דווקא בדיחה קצרה.

אוצר מונחי הביוב

בשערורית הגירושין האחרונה בין התחיה לצומת, קלט אפילו רפול, ש"נאמרו שם מלים גסות". לקראת שנת הבחירות הבעל"ט, מן הראוי שכל ח"כ יצטייד במחיר הנחה ב"מילון העברי למונחי ביוב", (הוצאת האקדמיה ללשון העברית). הגירופים יהיו – א. על רמה אקדמית. ב. מדוייקים. ג. לא אמרקניזמים חקייניים, אלא על טהרת העברית. ד. מגוונים ולא שחוקים כמו: פשיזם, רשיזם, כלנתריזם וכיו"ב.

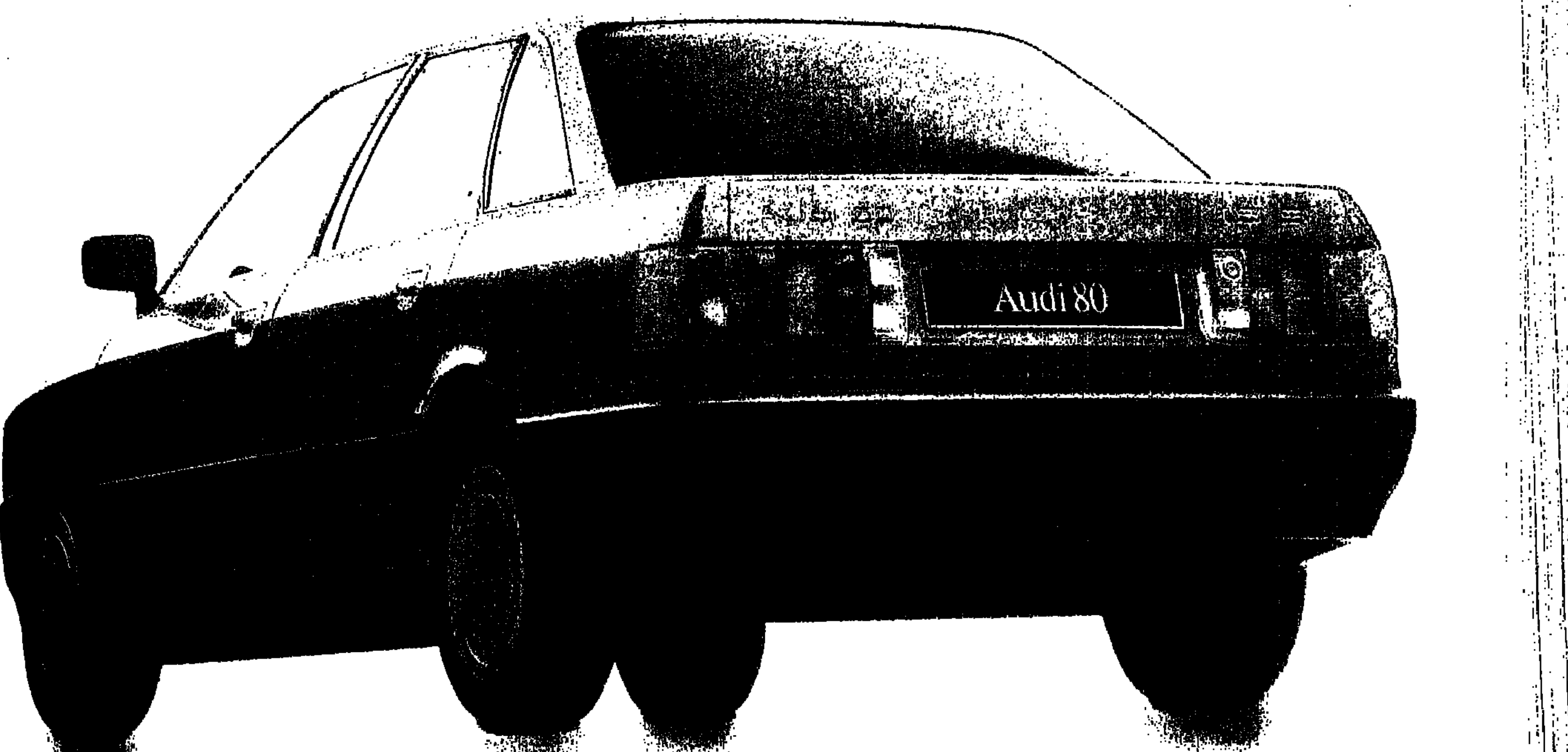
אוסף עתיר ונדיר של שפכים, מוצע שם לכל ח"כ ומתמודד: תשפוכת, פסולת, סחופת, גרופת, נוזלת, טעונת, צופת, צומת (סליחה, הביטוי האחרון השתרבב בטעות. למתוק, טיונת, נשופת, גרודת, נשורת. כולן באישור האקדמיה.

החרצף, שהשתרש בחוגים התל-אביביים, מקומו לא יכירנו בבירה, מטעמים טופוגראפיים. החרצף, ביטוי עברי פוריסטי, מורכב משתי תיבות, בדיוק כמו ה"חרייונים" התנ"כי, והוא אכן המשמעותי ביותר. בנוסף לכל הקונוטאציות של השמות דלעיל, יש בתצורתו – שהיא על משקל הפרוזים – גם מניחוח הסירחון המושך אליו והנוטנים לצורכי הפריה. הוא משמש כמרכך כמטאפורה יוצאת מן הכלל למצב האנושי: להבדיל מחומרים יקרים כזהב, יהלומים וברזל השוקעים בקרקעית, הפרש הוא בעל מישקל סגולי נדיה, קל ממישקלם של מי-הביוב, הילכך הוא נעשה לחומר הסגולי הצף למעלה בחיים הפוליטיים (ראה שוב, הדפס של טופור).

"פרנץ' קקה", 1979. הדפס מאת רולאן טופור. כמעט-הקדשה לאמן בלגי.

אורה זיטנר. איפה היא ואיפה שרהל'ה שרון...

"זהירות – נשיפו". הדפס מאת רולאן טופור – רשם גראפיקאי וסטיריקן יהודי-צרפתי, עבודותיו הנועזות מוצגות במוזיאון חפתות שהקים סטף ורטהיימר, בגני התעשיה בתפן.



1.6 ליטר ידני; 1.8 ליטר אוטומטי; 1.8 ליטר ידני Injection

ה־1.8 של ה־80:

CRÈME DE LA CRÈME

"מכונית חמשת הכתרים" Audi קידמה באמצעות הטכנולוגיה

צ'מפיון מוטורס (ישראל) בע"מ, יבואנים בלעדיים של פולקסווגן אודי. סוכנויות בכל הארץ ומוסכים מוסמכים מק' שמונה ועד אילת.

זמנים במטבח
מוסף ידיעות אחרונות

קצפת בעוגה

כשרואים את העוגה המוכנה אי־אפשר לנחש שהיא מכילה קצפת, וזאת משום שהיא עשויה מקצפת, ולא עוגה עם קצפת. כלומר, הקצפת משמשת כאחד ממרכיבי התבליל, ולא כציפוי או כמלית. הכנת העוגה פשוטה מאוד, וטעמה מעודן ועשיר.

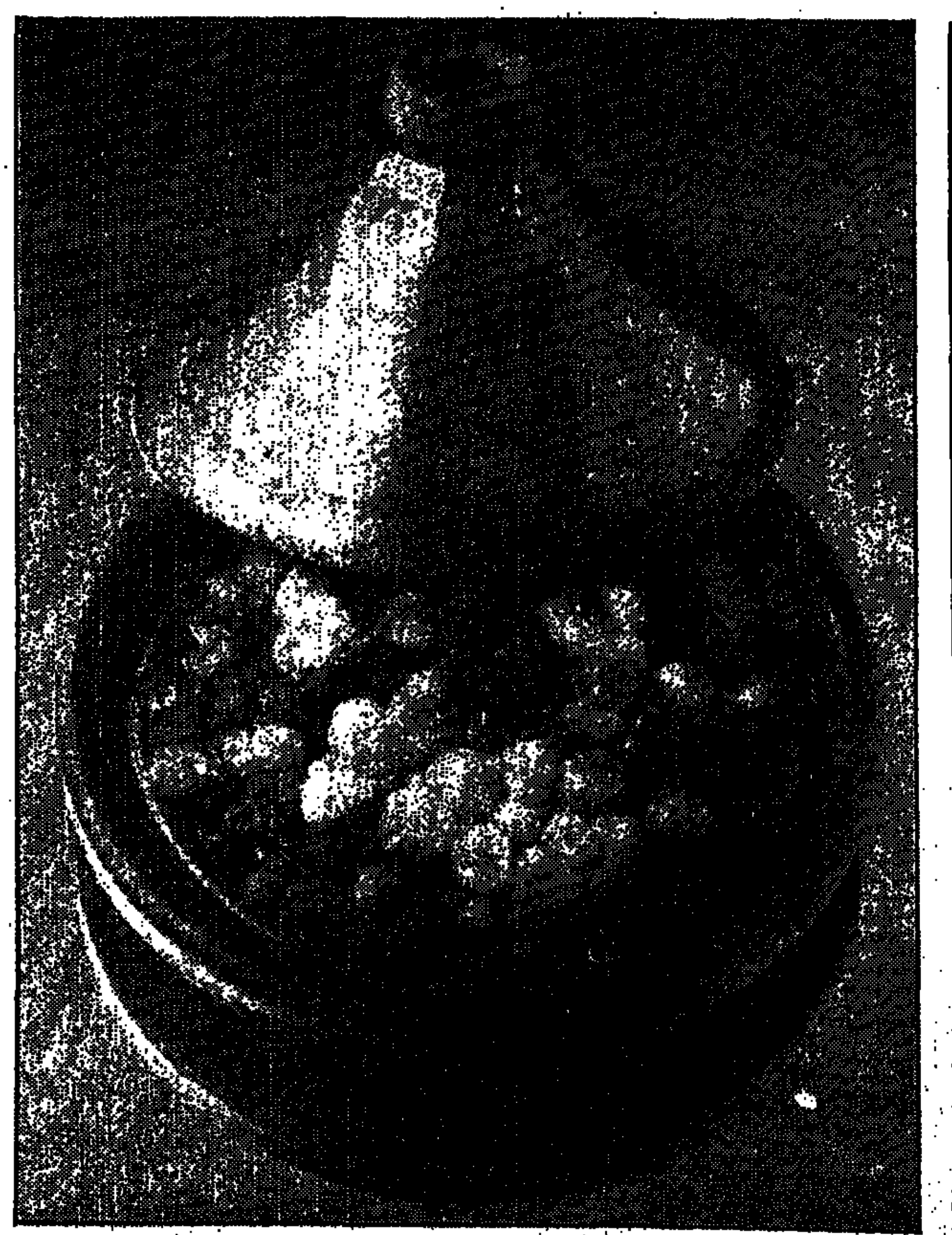
המצרכים: 2½ כוסות קמח; 1½ כוסות סוכר; 2½ כפיות אבקת אפייה; קורט מלח; 2 שקיות שמנת מתוקה; כפית תמצית וניל; כפית קליפת לימון מגוררת; 3 חלבוני ביצים; ¼ כפית קרם טרטר; אבקת סוכר.

מחממים תנור לחום בינוני. משמנים ומקמחים תבנית טבעת גדולה.
בקערה קטנה מערבבים יחד קמח, סוכר, אבקת אפייה ומלח.
בקערה בינונית מקציפים 1½ שקיות שמנת מתוקה עם הווניל לקצפת יציבה, מקפלים פנימה את השמנת המתוקה הנותרת ואת קליפת הלימון.
בקערה גדולה מקציפים את החלבונים עם קרם הטרטר לקצף יציב. מקפלים את הקצף לתוך הקצפת. מוסיפים את תערובת הקמח לתערובת המוקצפת בהדרגה, ומבליעים בתנועות קיפול זהירות.
יוצקים את התבליל לתבנית המוכנה. אופים כשעה, עד שקיסם עץ למרכז העוגה יצא נקי. מצננים את העוגה בתבנית.
הופכים את העוגה על צלחת הגשה, ומנפים עליה מעט אבקת סוכר. מגישים עם פרוסות תותים. העוגה מספיקה ל־16 מנות.

■ דנית סלומון

841

מוסף ״זמנים מודרנים״



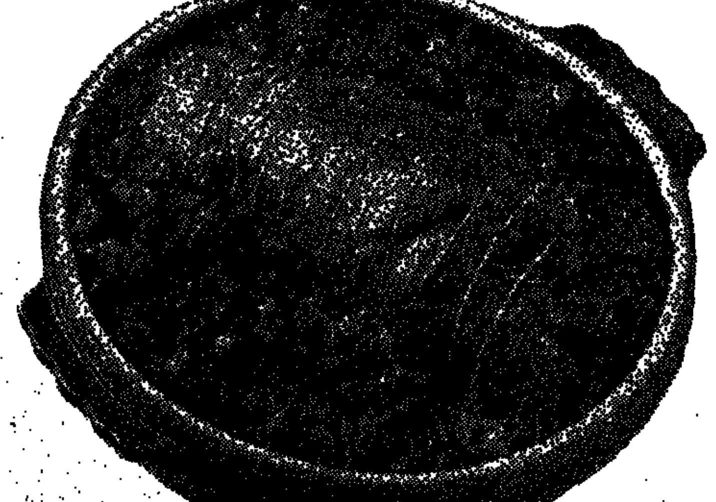
חמין צימחוני

המצרכים: כוס שעועית לבנה או אדומה; כוס פולי חימצה (חומוס); 8–10 תפוחי־אדמה; 2 בצלים גדולים; 2 כפות אבקת מרק; מלח, פלפל ופפריקה; 20 פיטריות שמפיניון טריות, גדולות; 10 נקניקיות צימחיות; כף מחוקה אבקת קפה שחור; מים, ביצים לפי הרצון.

בורים ושוטפים את השעועית ואת החימצה, ושורים במים למיספר שעות. מסננים.
קולפים את תפוחי האדמה. שוטפים את הבצלים ולא קולפים. חוצים את הנקניקיות.
מפזרים את אבקת הקפה על תחתית סיר גדול, ומניחים עליה את תפוחי האדמה ואת הבצלים. מוסיפים שעועית, חימצה ונקניקיות. מכסים בפיטריות.
מתבלים במלח, בפלפל ובפפריקה. מוסיפים אבקת מרק. מכסים במים, ומבשלים במשך 6 שעות לפחות. אפשר להוסיף ביצים קשות קלופות.

חמין עם קיגל ביתי

המצרכים לחמין: 2 כוסות שעועית לבנה; בצל קצוץ; כף שמן; 400 גרם תפוחי־אדמה קטנים, קטועים; 2 בצלים לא קלופים; 500 גרם בשר עגל; מלח, פלפל ואבקת מרק; מים.
המצרכים לקיגל: 200 גרם מרגרינה; 3 כוסות קמח תופח; 2 ביצים; ¼ כוס מים; בצל קצוץ; פלפל; 2 כפות אבקת מרק; מעט מלח.
שמים את כל המיצרכים לקיגל בקערת המערבל ומערבבים היטב. צרים גוש בעובי 4 ס"מ. אם רוצים עוטפים את הקיגל בנייר פרגמנט, וקושרים את הקצוות.
בסיר גדול מטגנים בצל קצוץ. מוסיפים בצלים שלמים, מוסיפים שעועית ותפוחי אדמה. מכניסים את הבשר לסיר, מתבלים ומוסיפים מים. מוסיפים את הקיגל, מכסים ומבשלים מעל להבה נמוכה במשך כל הלילה ועד לארוחת הצהריים של יום המחרת.



843

נובמבר 1987

מה שצריך

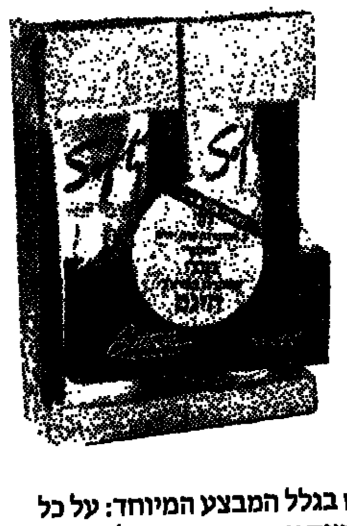
המדור של רותי ברק

קוראת יקרה,

החורף הגיע.
מקובל לחשוב שהנזקים לגוף ולעור נגרמים דווקא בקיץ ולפיכך, נשים רבות נוטות להסתפק בלבוש חם.
טעות! עור הגוף ובמיוחד החלקים הגלויים (פנים, שפתיים, צוואר וכד'), חשופים בפני פגעי האקלים כמו רוח וקור לא פחות מאשר השמש בקיץ.
יתרה מזאת, משום שהמודעות להגנת העור בחורף נמוכה יחסית, יתכן כי אצל נשים רבות נזקי העור בחורף גדולים מנזקי העור בקיץ.
מדורי הפעם מספר על מוצרים שיעזרו לך לעבור את החורף בשלום, אני מקווה שבכך אתרום ולו רק במשהו, להעלאת המודעות לנזקי העור בחורף ולשפור מראה העור לעונות החשופות יותר.

חורף
חמים ונעים
רותי ברק

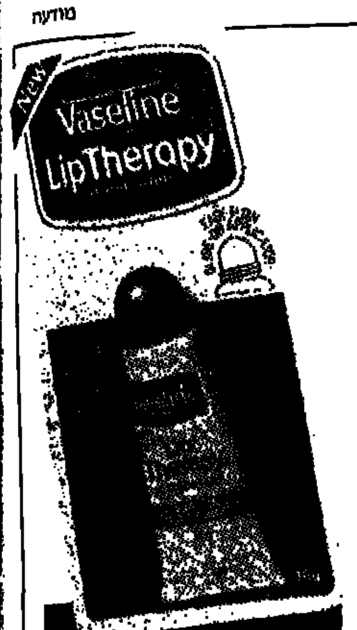
SOFTY - תני לחורף יד רכה



כפות הידיים הן מהאברים החשופים בדרך כלל לרוח ולקור, ואם לא מתחשק לך להתהלך כל היום עם כפפות, קרם ידיים סופטי הוא האמצעי הטוב ביותר להגן עליהן מפני יובש. SOFTY מכיל ויטמין E המצטיין בתכונותיו להגנת העור והתחדשות התאים. סילקון היוצר שכבת מגן על העור (מצויין לאחר שימוש בחומרי ניקוי למינהם) ומלבד זאת הוא נספג מהר ופועל ביעילות ובמהירות. מנסיוני האישי ומנסיונן של נשים רבות, שימוש קבוע ב־SOFTY מעניק ידיים רכות ונעימות.
כדאי לקנות את SOFTY גם בגלל המבצע המיוחד: על כל קניית 2 שפופרות קרם ידיים SOFTY במחיר של 9 שקלים בלבד, תיזכי חינם(!) בקרם לחות נפלא של פלייר באריזת 100 גרם. או במסקרה מעולה של בוטיצ'לי באריזה מהודרת .

BRILLO SHOE SHINE
ה"מטריה" המבריקה של הנעליים

מים ונעליים הם אולי חרוז, אבל בשום אופן לא הולכים יחד (תרתי משמע), יש להקפיד לשמור על הנעליים בחורף. אני ממליצה להבריק אותן ב־Brillo Shoe Shine - ספוג קל המכיל ואקס לשימוש לכל סוגי העור בכל הצבעים. Brillo Shoe Shine אינו מלכלך את הידיים. מבריק בין רגע ללא שפשוף, וטוב ל־100 הברקות ויותר.



"מס שפתיים" - בחורף חייבים לשלם!

הנשיקות המתוקות ביותר לא ימנעו מהרוח ליבש את השפתיים. ולכך יש לי שני פתרונות נפלאים:
א. וַאזֶלִיין לִיפּ טֶרַפִּי (Vaseline Lip Therapy) שפתון קומפקטי שאינו תופס מקום בארנק, מגן על השפתיים מפני נזקי הרוח, הקור והשמש, מעניק להן את הלחות הדרושה והעיקר, מונע מהן להיסדק. לעניין הקוסמטי, וַאזֶלִיין לִיפּ טֶרַפִּי מעניק ברק נפלא לשפתיים וניתן למרוח עליו שפתון רגיל מבלי לפגוע באפקטיביות שלו.
ב. וַאזֶלִיין קוֹנְסְטַאנְט קֶר (Vseline Constant Care) תכונותיו דומות למוצר הראשון רק שלקונסטאנט קר "נשיקות מתוקות" ב־5 טעמים: וניל, תות, קולה, תפוז ונאוטרלי. כל אחד לפי טעמו.

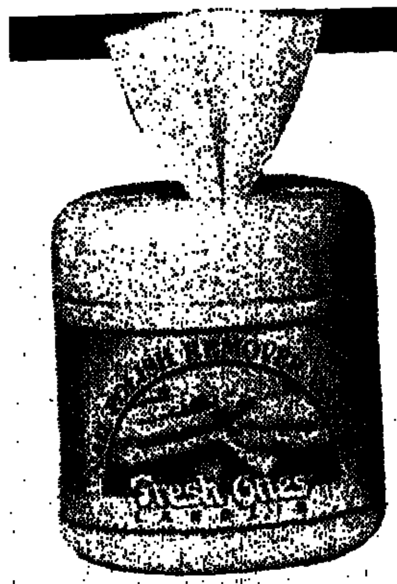
וַאזֶלִיין אִינְטֶנְסִיב קֶר - פק"ל חורף לעור

רבות כבר התפרסם על כך, ולמרות זאת, אני רוצה לחזור להדגיש את חשיבות השימוש בוַאזֶלִיין אִינְטֶנְסִיב קֶר Vaseline intensive care, במיוחד בחורף. כפי שכתבתי בדברי הפתיחה שלי חלקים מסויימים של הגוף חשופים לרוח ולקור המייבשים את העור. ואזליין הינו תחליב הגוף היעיל ביותר לשמירה על לחות העור וגמישותו.
ואזליין בפרוש אינו מוצר קוסמטי, אין לו ריח לואי והוא בהחלט מתאים לשימוש לכל בני המשפחה. (כולל תינוקות).
בחורף כמו בקיץ ואזליין אינטנסיב קר "חייב" להמצא בכל בית.
(לבחירתכם אריזות 500 מ"ל, 300 מ"ל ו־200 מ"ל).

א... א... א... אפצ'י

הצלחנו להגיע לירח, הצלחנו ליצר מחשבים מתוחכמים אבל לנזלת, במחילה מכבודכם, האדם המודרני עוד לא הצליח למצוא תרופה. אין מה לעשות נזלת היא חלק מהחורף, וכולנו מכירים את ההרגשה של הדליפה הטורדנית מהאף והאדמומיות המכסה אותו כתוצאה מניגובים משפשפים. הפתרון הצנוע שלי למלחמה בנזלת הוא: קְלִינֶקְס בוּטִיק (Kleenex Boutique) - טישיו מאיכות משובחת שאינו גורם שיפשופים לאף, באריזה מהודרת שקל לשלוף ממנה. קְלִינֶקְס בוטיק עולה מעט יותר מהטשיו הזולים אבל אני, כשמדובר באף אדום, מוכנה לשלם יותר.

איך מסירים איפור בחורף?



כמו בכל השנה, עם פְרֶש וַואנְס.
בלי שום קשר לחורף, רציתי לספר לך על סדרת מסירי האיפור של פרש וואנס (Fresh Ones). הסדרה כוללת שלושה סוגי מוצרים:
הראשון מיועד להסרת הלק מהציפורניים. הוא מכיל לנולין המזין את העור שמסביב לציפורן, נשלף בקלות מהקופסא (כמו כל סדרת מוצרי פרש וואנס) ומותיר ריח נעים על הציפורניים. אם הברירה היא צמר גפן ואצטון, אני בהחלט מעדיפה את פרש וואנס.
שני המסירים האחרים מיועדים לפנים ולעיניים. שניהם מנקים בקלות, ביעילות וביסודיות (גם איפור כבד), אינם מכילים אלכוהול ולעומת זאת מכילים קמומיל להרגעת העור. פרש וואנס "מסיר" את הטרחה מפעולת הסרת האיפור.

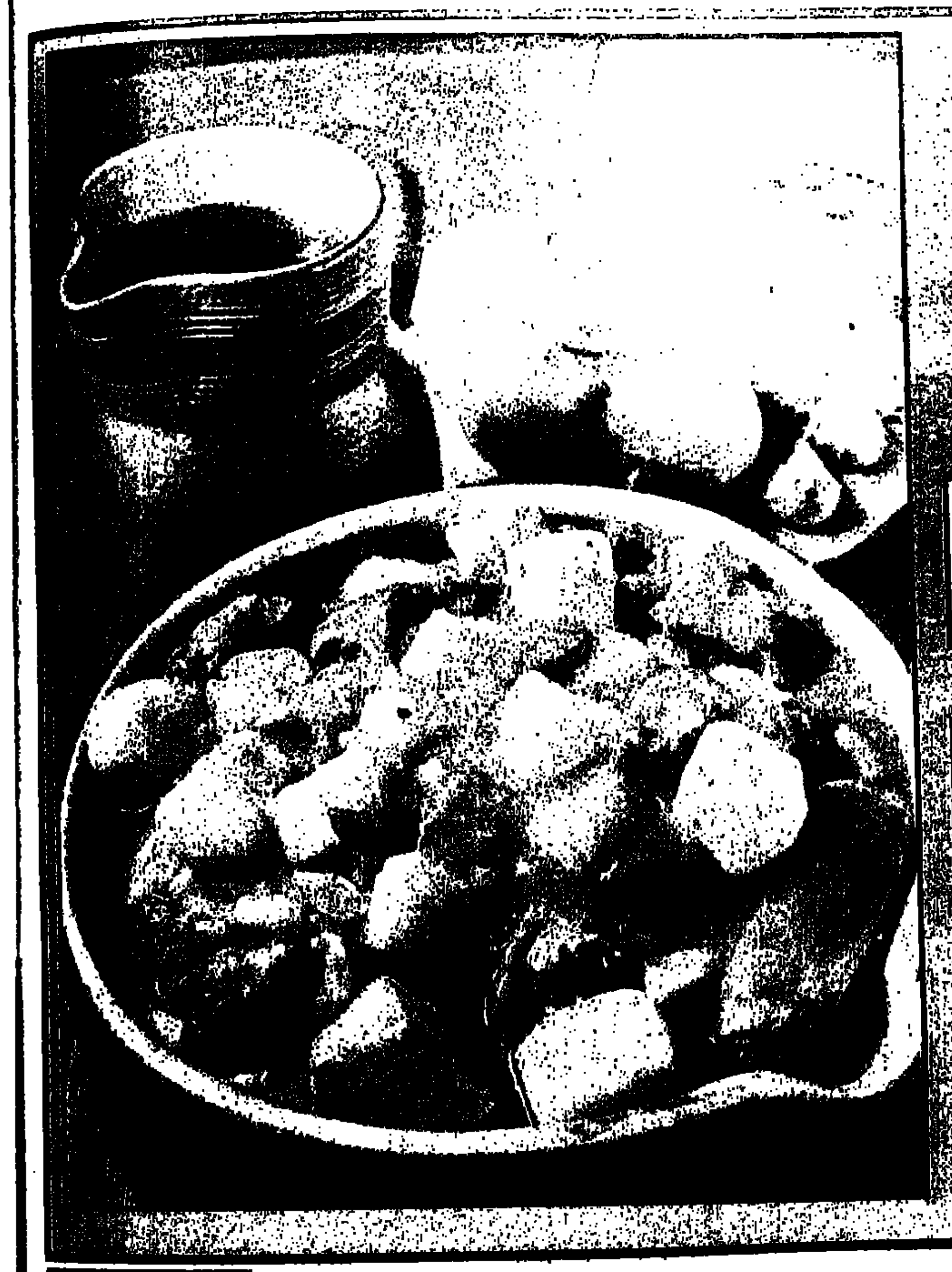
בואי נדבר גלויות

קראתי בעתון את פרסומיך על מוצרי ג'ונסון והייתי רוצה לדעת היכן אפשר לקנותם?
שדמי רות
בני יהודה

את מוצרי הניקוי של ג'ונסון ניתן להשיג בכל רשתות השיווק הגדולות, סופר פארם ובחנויות כל בו לנקיון.

מען למכתבים: רותי ברק, ת.ד. 3575, פ"ת.

חמין



חמין אינו חייב לחיות משמין. אפשר להכין חמין עם בשר הודו אדום, חמין צמחוני או חמין דיאטתי. קיטניות הן תחליף טוב לחלבון שבבשר. אם אומלים צלחת חמין המכילה קיטניות ותפוח־אדמה הרי זה תחליף מספק לארוחת בשר הן מבחינת תכולת החלבון והן מבחינת הקלוריות.

חמין עם בשר הודו

ארוחה למשפחה גדולה.

המצרכים: ק"ג בשר הודו אדום; 500 גרם שעועית אדומה, מבורזת ושרויה; 2 בצלים גדולים; 8–10 תפוחי־אדמה גדולים; כף אבקת מרק עוף או בשר; מלח, פלפל ופפריקה מתוקה; 2 מעיים ממולאים; כף מחוקה אבקת קפה שחור; מים; ביצים קשות לפי הרצון.

רוחצים וקולפים את תפוחי האדמה. שוטפים את הבצלים ולא קולפים.

מפזרים את אבקת הקפה בתחתית סיר גדול. מניחים את הבשר במרכז הסיר, וסביבו מסדרים את תפוחי האדמה ואת הבצלים. מפזרים את השעועית המסוננת, ומכסים במים. מביאים לרתיחה.

מסירים את הקצף מפני התבשיל מיספר פעמים. מתבלים במלח, בפלפל ובפפריקה. קושרים את קצות המעיים, מנקבים בהם מיספר חורים ומוסיפים לסיר.

מביאים שוב לרתיחה, מנמיכים את הלהבה, ומבשלים מעל להבה נמוכה מאוד (מעל אזבסט) במשך כל הלילה, עד לארוחת הצהריים למחרת. אם רוצים מוסיפים מיספר ביצים לחמין.

איטריות פטרוזיליה

זוהי בעצם חביתייה מתובלת בפטרוזיליה, באגוז מוסקט ובגבינת פרמזן מגוררת, וחתוכה לרצועות דקות. טעם גן־עדן. משתמשים במרק צח סתמי.

המצרכים: 3 ביצים; ½ כוס פטרוזיליה קצוצה דק; ¼ כוס גבינת פרמזן מגוררת; ⅛ כפית אגוז מוסקט טחון; ¼ כוס קמח; ¾ כוס חלב; מלח; פלפל שחור טחון טרי; חמאה לטיגון; 5 כוסות מרק.

1 שוברים את הביצים לקערה, וטורפים היטב. מוסיפים פטרוזיליה, פרמזן, אגוז מוסקט וקמח. מערבבים היטב.

2 מוסיפים את החלב בזרם דק, תוך בחישה מתמדת. מתבלים במלח ובכמות נדיבה של פלפל שחור טחון.

3 שמים כפית חמאה במחבת בינונית, וממיסים מעל להבה בינונית. כשהקצף נעלם, מערבבים שוב את בלילת הפטרוזיליה, מודדים ⅓ כוס ויוצקים למחבת. מטים את המחבת לכל הכיוונים כך שהבלילה תתפשט על כל התחתית בצורה אחידה. כשהחביתיה וקרשת ותחתיתה מזהיבה הופכים אותה ומטגנים מצדה השני במשך דקה. מחליקים את החביתיה לצלחת שטוחה. חוזרים על התהליך עד גמר הבלילה. מתקבלת ערמה של 8 חביתיות.

4 מצננים את החביתיות ואז מגלגלים כל אחת מהן לכרוכית. שמים את הרצועות במגש או בצלחות מרק אישיות.

5 מביאים את המרק לרתיחה, ויוצקים על האיטריות. זורים למעלה גבינת פרמזן נוספת ומגישים.

תוספת אורז וסלרי

מאכל מאזור פדובה שבאיטליה. שילוב מוצלח בין אורז, המעניק סמיכות למרק, לבין סלרי הנותן לו קלילות ורעננות.

המצרכים: שורש סלרי גדול חתוך לקוביות קטנות; 2 כפות מרגרינה; 5 כוסות מרק; ¾ כוס אורז ארוך; מלח

1 שמים בסיר גדול (שיוכל להכיל אחר־כך את המרק) את המרגרינה ואת קוביות הסלרי. מכסים ומבשלים מעל להבה בינונית כרבע שעה, או עד שהסלרי רך אך לא מתפרק.

2 מוסיפים מעט מלח, מערבבים ומוסיפים את המרק. כשהמרק רותח, מוסיפים את האורז. מביאים שוב לרתיחה, ומערבבים לעיתים תכופות. מכסים ומבשלים כרבע שעה, או עד שהאורז רך אך עדיין מורגש בנגיסה – מה שהאיטלקים קוראים al dente. כדאי לטעום כדי לא לפספס את הרגע הנכון: אורז מבושל יותר על המידה הופך למשחה עמילנית והורס את כל התענוג.

מרק מלכותי

Zuppa Imperiale

מאכל בולונזי שלא פוגשים בשום מקום אחר, וחבל. זוהי תוספת למרק, המזכירה בצורתה קרוטונים. זוהיתערובת אפוייה של קמח, פרמזן, חמאה, ביצים ואגוז מוסקט, והיא לא רק מצויינת כתוספת למרק, אלא יכולה גם לשמש כמנת פסטה קלילה או כחטיפים ללעיסה עם משקאות חריפים.

המצרכים: 3 כפות חמאה רכה, ⅓ כוס גבינת פרמזן מגוררת, 3 כפות סולת, ⅓ כוס קמח, ½ כפית מלח, 3 ביצים, ¼ כפית אגוז מוסקט טחון; 6 - 5 כוסות מרק צח סתמי.

1 מחממים את התנור לחום של 250 מעלות צ'.

2 מערבבים בקערה את החמאה עם הפרמזן המגורר, הסולת, הקמח, המלח, הביצים ואגוז המוסקט הטחון. מתקבל בצק רך ואחיד.

3 משמנים תבנית אפייה רדודה במעט חמאה, ומורחים בה את התערובת בשכבה שעוביה 1 ס"מ או פחות. מכניסים לתנור החם, למדף העליון, ואופים במשך 6־5 דקות, עד שנוצרות בועות בבצק והוא משתחרר בקלות מהתבנית.

4 מוציאים מהתנור, מעבירים את הבצק האפוי למשטח עבודה ומצננים. חותכים לריבועים בגודל 1 ס"מ.

5 מרתיחים את המרק. מכניסים למרק הרותח את ריבועי הבצק ומבשלים 5 דקות. מכבים את האש ומשהים 5 דקות נוספות. מגישים עם גבינת פרמזן מגוררת נוספת.

אפשר להכין את ריבועי הבצק 2–3 ימים לפני הבישול במרק.

לחכנת חטיפים: אחרי שחותכים את הבצק האפוי לריבועים, מחזירים אותם לתבנית ואופים בתנור בחום בינוני במשך כ־10 דקות, עד שהריבועים שחומים ופריכים. מגישים מיד, חם, או בטמפרטורת החדר.

לתגשת כמנת פסטה: לפני האפייה הראשונית מורחים את הבצק בשכבה דקה יותר. אופים רק 4 דקות. חותכים לרצועות ברוחב ½ ס"מ ובאורך 15 ס"מ. מכינים רוטב: שמים 2–3 שיני שום מעוכות במחבת, מוסיפים 3–4 כפות חמאה וכפית רוזמרין מיובש. מאדים מעל להבה בינונית עד שהשום יזהיב. מוסיפים קוביית מרק סתמי מפוררת ומערבבים עד שהאבקה נמסה כולה. מכבים את האש. מרתיחים מים בסיר גדול, ממליחים; מכניסים את רצועות הבצק ומבשלים מעל להבה גבוהה כ־20 שניות. מסננים ומוסיפים מיד לרוטב שבמחבת. מערבבים עד שהרוטב עוטף את כל הפסטה. מגישים מיד, עם תוספת פרמזן מגורר.

צילום: יצחק נובק־סוזס

תבשילים חמים

על פי לוח־השנה, החורף הגיע, ולא חשוב שבין סערת גשמים אחת לשנייה משתרעים לחם ימים ארוכים של שמש וחמימות, הראש שלנו כבר מתוכנת לקראת החורף, וזה כולל גם תאווה תבשילים חורפיים כמו מרק בצל, תבשילי קדירה ומאפים שונים.

מרק גולש

המצרכים: ½ כוס חזה אווז מעושן, קצוץ לקוביות; 3 כפות מרגרינה בטעם חמאה; 3 כוסות בצל קצוץ דק; 500 גרם בשר בקר חתוך לקוביות של סנטימטר; 2 כפות קמח; כף פפריקה מתוקה; כפית זרעוני כרוויה (קימל); כפית מיורן; עלה דפנה; 2 כפות חומץ יין; 8 כוסות מרק בשר צח.

מטגנים את חזה האווז במרגרינה, ומוציאים מהסיר. מוסיפים את הבצל, ומטגנים עד שיזהיב. מוציאים את הבצל מהסיר ומוסיפים את בשר הבקר. מטגנים עד שהבשר ישחים (מוסיפים עוד מעט שומן, אם יש צורך). מחזירים לסיר את חזה האווז ואת הבצל המטוגן, מוסיפים את הקמח והפפריקה, מערבבים היטב ומטגנים בדקה. מוסיפים כרוויה, מיורן, עלה דפנה, חומץ ומרק. מכסים את הסיר ומבשלים 1½ שעות, מעל להבה נמוכה. מגישים עם בצקניות.

המצרכים להכנת הבצקניות: כוס קמח; ביצה גדולה; 2½ כפות מים; ½ כף שמן; 1½ כפיות מלח.

שמים את הקמח בקערה. יוצרים גומה במרכז ומוסיפים את הביצה, המים, השמן וחצי כפית מלח. מערבבים את החומרים מהמרכז כלפי חוץ, עד שייווצר בצק גמיש, אך לא מוצק מדי. במקרה הצורך אפשר להוסיף מעט מים. מכסים את הקערה במגבת ומשהים בצד.

מרתיחים מי־מלח בסיר גדול. טובלים כפית במים רותחים, לוקחים כל פעם חתיכה קטנטנה מהבצק בקצה הכפית, ומטילים אותה למים הרותחים בעזרת כפית שנייה. מבשלים עד שהבצקניות תופחות וצפות על פני המים. כשהבצקניות מוכנות, מעבירים למסננת, שוטפים במים קרים ושוב מסננים.

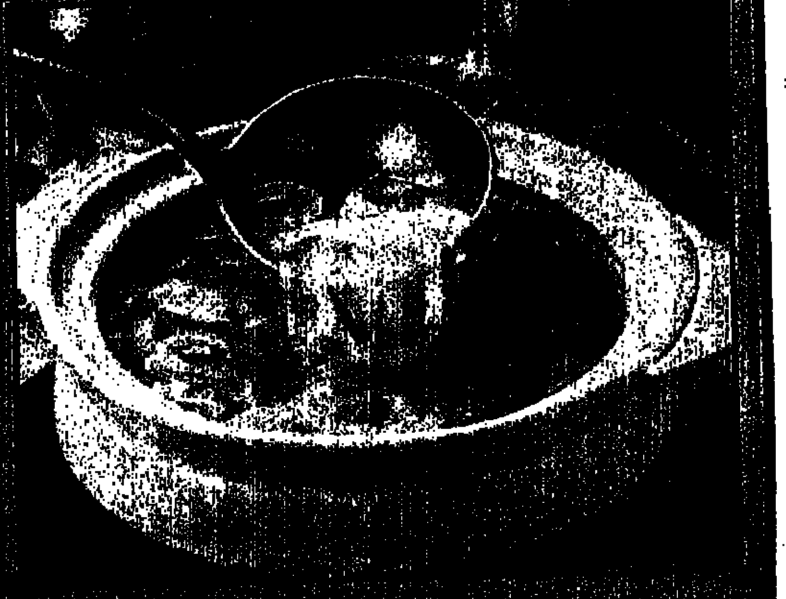
מרק קרם בצל

המצרכים: 4 בצלים גדולים, פרוסים; 4 כפות חמאה (או מרגרינה בטעם חמאה); 2 כפות שמן זית; 3 כפות קמח; 1¼ כוסות מרק בשר צח (או מרק צח סתמי); 1¼ כוסות יין לבן; עלה דפנה; 3 שיני שום; 8 גבעולי פטרוזיליה; כפית קורנית (טימין); 3 חלמונים; ½ כוס יין נוסף; גבינה צהובה מגוררת; קוביות לחם לבן, מטוגנות.

מטגנים את פרוסות הבצל בחמאה עד שיזהיבו. מוסיפים את הקמח, מערבבים ומבשלים במשך 3–2 דקות מעל להבה נמוכה. מוסיפים תוך בחישה את המרק, היין הלבן, עלה הדפנה, השום, הפטרוזיליה והקורנית. מביאים לרתיחה. מכסים את הסיר ומבשלים כשעה מעל להבה נמוכה.

מוציאים מהמרק את עלה הדפנה ואת גבעולי הפטרוזיליה. טורפים את החלמונים עם חצי כוס היין. מוסיפים לחלמונים כוס מהמרק החם, בבחישה, ומחזירים לסיר המרק תוך עירבוב. מקפידים שהמרק לא ירתח, כדי שהחלמונים לא יקרשו.

מגישים עם גבינה וקוביות לחם. אפשר להגיש את המרק בקעריות אישיות חסינות־אש: מרפדים את קרקעית הקערית בפרוסת לחם מטוגנת, יוצקים מרק, מפזרים למעלה גבינה מגוררת ומחממים בתנור עד שהגבינה מבעבעת.



מאפה חצילים

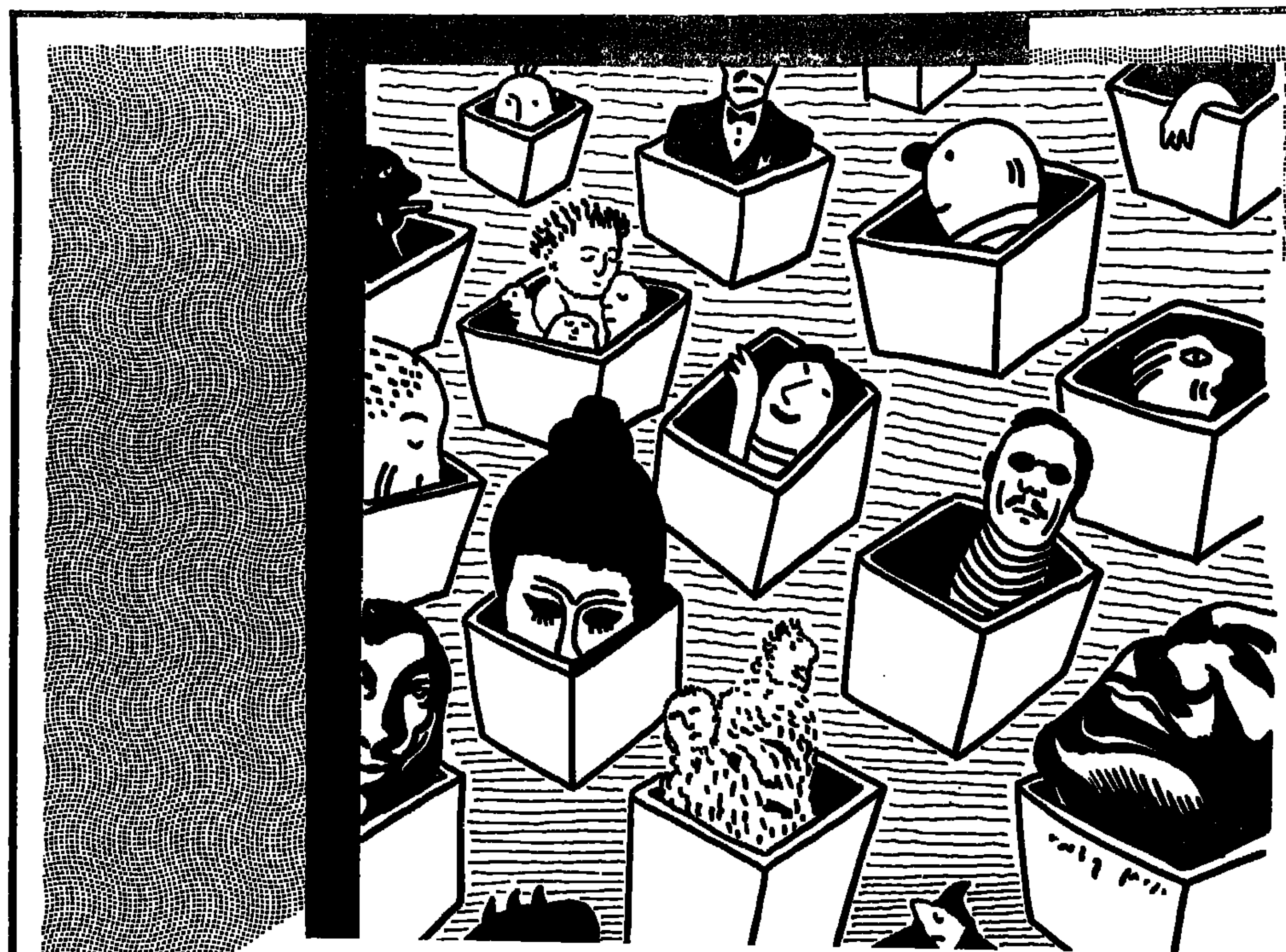
המצרכים: 2 חצילים בינוניים, קלופים ופרוסים לפרוסות בעובי חצי ס"מ; 3 כפות מלח; 2 כוסות גבינה חריפה מגוררת; כוס פירורי־לחם; כפית אורגנו; 3–5 כפות שמן; 2 קישואים גדולים, פרוסים; 250 גרם פטריות שמפיניון פרוסות; 5 עגבניות גדולות פרוסות; 250 גרם תרד טרי, מנוקה ושטוף; פלפל ירוק גדול, חתוך לרצועות; מלח ופלפל שחור טחון טרי.

בוזקים על החצילים את שלוש כפות המלח, מניחים במסננת ומשהים כחצי שעה. שוטפים היטב ומייבשים במגבת נייר. מערבים את הגבינה, פירורי־הלחם והאורגנו בקערה. משמנים כלי אפייה עמוק. מחממים את השמן במחבת, ומטגנים את פרוסות החצילים עד שישחימו (מוסיפים עוד שמן במקרה הצורך). מסדרים חצי מהכמות של כל ירק בשכבות בתוך תבנית האפייה, ובוזקים על כל שיכבה 3 כפות מתערובת הגבינה, מלח ופלפל. מסדרים עוד שכבות של ירקות, ומסיימים בשיכבת גבינה. אופים במשך 40–30 דקות בתנור שחומם מראש ל־190 מעלות צלסיוס.

מאפה ברוקולי ובצל

המצרכים: 800 גרם ברוקולי קפוא; 3 בצלים בינוניים, חתוכים לרבעים; 50 גרם חמאה או מרגרינה; 2 כפות קמח; ¼ כפית מלח; מעט פלפל שחור; כוס חלב; 100 גרם גבינת שמנת; ½ כוס גבינה צהובה מגוררת; כוס פירורי־לחם.

מבשלים את הבצל במי־מלח עד שיתרכך, מסננים. ממיסים חצי מכמות החמאה במחבת, מוסיפים את הקמח, המלח והפלפל. מערבבים ומוסיפים את החלב. מבשלים תוך בחישה מתמדת, עד שהתערובת מתעבה ומבעבעת. מנמיכים את הלהבה. מוסיפים לסיר את גבינת השמנת, ומערבבים עד שתתרכך. מסדרים את הירקות המבושלים בתבנית אפיה. יוצקים למעלה את רוטב הגבינה ומערבבים קלות. זורים למעלה גבינה. ממיסים את שארית החמאה, מטגנים קלות את פירורי הלחם, ומפזרים על הגבינה. אופים כשלושת־רבעי שעה בתנור שחומם מראש ל־180 מעלות צלסיוס.



מה בנוגע לסיסמת בחירות בנוסח: "מי שקנה וידאו בחמש השנים האחרונות מצביע ליכוד"? נשמע אבסורדי. מחקר ראשון בהיקפו בישראל שהושלם לאחרונה על־ידי "מכון זיו", הופך סיסמה זו לאפשרית.

בעיקבות המחקר הזה צפויה לנו מהפכה בשיטות השיווק והפירסום, ברומה למה שהתרחש בארצות הברית בשנות השבעים. פתאום הגיעו החוקרים למסקנה כי יש לשנות את צורת ההסתכלות על הצרכן. לבחון את סגנון חייו. פעם מדדו אותך לפי קריטריונים דמוגרפיים: גיל, הכנסה, מוצא עדתי והשכלה. שיטת "סגנון החיים" מחליפה את הקריטריונים האלה.

היא בודקת את התנהגותך. את הרגלי הבילוי שלך, את סוג העבודה, את יחסך לחברה והרגלי הצריכה שלך. אלה יסייעו לחוקר לנבא את התנהגותך גם בתחומי התנהגות אחרים. אם אתה אדם פאסיבי, לדוגמה, המתאפיין בבריחה מסיכונים בעבודה ובחיי היום־יום, סביר להניח שתהיה צרכן המאמץ מוצר חדש רק בשלבי מחזור חייו האחרונים של המוצר. גם היפך מזה נכון: אם אתה נועז, אוהב אתגרים, האיש שמטייל במקומות המסוכנים ביותר – יש סיכוי סביר שתקפוץ ותנסה במוצר חדש מיד כשייכנס לשוק.

מי שזקוק להוכחה בדבר חשיבותם של מחקרי סגנון־חיים – יבחן את המוצרים האמריקניים שנולדו כתוצאה

החיים כסגנון

מאת שושנה חן

בעיקבות מחקר ראשון בהיקפו בישראל שהושלם בימים אלה, צפויה לנו מהפכה בשיטות השיווק והפירסום • החוקרים הסיקו כי יש לשנות את צורת ההסתכלות על הצרכן • פעם מדדו אותך לפי קריטריונים דמוגרפיים: גיל, הכנסה, מוצא עדתי והשכלה. שיטת "סגנון החיים" מחליפה את הקריטריונים האלה • בודקים באילו תמרוקים אתה משתמש, באילו חומרי ניקוי, מוצרי מזון • מה אתה מצביע בבחירות לכנסת, איזה סיגריות אהובות עליך • בארה"ב זה הביא לא רק לשינוי שיטות הפירסום, גם לתיכנון מחדש של מוצרים

ממחקרים שכאלה. דוגמה בולטת היא מה שקרה לחברת הקוסמטיקה הענקית "רבלון". מחקר שערכה מצא שלקוחות פוטנציאליים של הבושם "צ'רלי" הם שובבים, שוברי מוסכמות, חסרי יומרות, מתירניים, אינדיבידואליסטים ובעלי השקפות עולם ברורות. כאשר הופיע הבושם הזה בשוק, גובשה אסטרטגיה של פירסום: דמות נשית עליזה ושובבה, שוברת מוסכמות, שסביבתה מקבלת אותה בהתלהבות. דימוי הנערה השובבה נתפס יפה בשוק והזניק את הבושם למכירות־שיא. תוך זמן קצר כבש את השוק והגיע לנתח מרכזי בו.

■■■

מחקר ספציפי ידוע אחר ערכה חברת הענק "ג'נרל פודז" שהיתה בין הראשונות שאימצה לעצמה את שיטת מס"ח (מחקרי סגנון־חיים). באחד ממחקריה בדקו אילו סוגי צרכנים עשויים לרכוש אוכל לכלבים וכן מהו הסוג או המותג שיעדיפו. באותה עת טרם פיתחו בחברה מזון משומר בקופסות לכלבים. נתוני המחקר הצביעו על שישה פלחי־שוק שונים בקרב בעלי הכלבים.

שניים מהם נבחרו כשווקי המטרה המתאימים ביותר למוצר החדש. אחד מהם היה מורכב מצרכנים שהתייחסו לכלביהם כ"תחליף לתינוקות", בעיקר נשים חשוכות ילדים המתגוררות בדירות קטנות בתוך העיר. הן היו מוכנות להוציא כסף רב על מזון לכלבים, ללכת על מיטב המאכלים וגילו נטיה חזקה להחליף מותגים. בפלח השני – בעלי תודעה תזונתית. אנשים משכילים שהכנסתם גבוהה, שנטו להוציא כסף רב לרכישת תרופות, לביקורים אצל וטרינרים וכו' כדי לשמור על בריאות כלבם.

בעיקבות המחקר הציגה החברה מאכל חדש לכלבים שיוחדו במיגוון בן ארבעה סוגים. מסע הפירסום הבליט את הרעיון "לחיי כלבך". הסוגים התחלקו לפי גילאי הכלבים ומישקלם. הרעיון התקבל מניתוח נתוני המחקר, כאשר התברר לחוקרים שקהלי המטרה התייחסו לכלבים כאל בני משפחה, וכי כלבים עוברים מסלול חיים הדומה לזה של בני־אדם, וכי גם הם צריכים להסתגל למאכלים שונים.

בישראל נערכו כבר בעבר מחקרי "סגנון־חיים", אך הם נעשו בסדרי גודל קטנים מאוד והתייחסו למוצרים ספציפיים. מחקר סגנון־חיים שנערך בשנה האחרונה והושלם החודש על־ידי צוות "מכון זיו" בניהול הפרופסורים יחיאל זיו ויעקב הורניק מאוניברסיטת תל־אביב, וד"ר ישראל נבנצאל מאוניברסיטת בר־אילן, הוא המחקר הראשון המקיף, שהצליח לאפיין את סגנונות החיים של האוכלוסיה היהודית בישראל, פרט למיגזור הקיבוצי. במידגם נבדקו 1200 גברים וכמיספר הזה נשים.

הוצגו להם 500 פרטי מידע על פעילויות, דעות, עמדות, דמוגרפיה וצריכה. המחקר הקיף יותר מתריסר תחומים ביניהם תמרוקים, חומרי ניקוי, מזון, בנקאות וביטוח, סוגי חנויות, בחירות לכנסת, עישון סיגריות ועוד. כדי לאגור ולעבד את ים הנתונים נזקק הצוות לכמה מחשבים.

יותר מ־100,000 דולר הושקעו בפרוייקט. "קרה לנו תהליך דומה למה שקרה עם הלביא" מחייך פרופ' זיו. הערכות ראשוניות אמדו את ההוצאות

ב־25,000 דולר, אולם עם הזמן תפח הסכום לבלי הכר. המימון הושג מחברות שונות, יצרנים ופרסומאים, שרכשו מראש חלקים שונים ממאגר המידע. פרסום "קשר־כראל", לדוגמה, השתתף במחצית המימון.

■■■

עידוד המשתתפים להשיב על השאלון הארוך היווה בעיה בפני עצמה. כדי להשיג שיתוף פעולה הבטיחו הגרלת פרסים, עם כרטיס טיסה ללונדון כפרס ראשון, וחילקו כ־1,000 חבילות שי למשתתפים.

בעקבותיו הצטבר אצל החוקרים בנק מידע, הגדול והראשון מסוגו בארץ, והמכיל יותר ממיליון פריטים שיועמדו לרשות מפרסמים, יצרנים, משווקים ומפלגות, תמורת תשלום הנע בין 4,000 ל־7,000 דולר ליחידה. אי לכך מרכית הנתונים חסויים.

אבל גילינו משהו על הרגלי קריאת עתונים. ההרפתקנים, שוחרי ההתנסויות, קוראים באופן שווה הן את "ידיעות אחרונות" והן את "מעריב" (פירוט התפלגות הקבוצות – במסגרת). "הארץ" נקרא הרבה בין שוחרי ההישגים, המנהלים הבכירים שקריאת עתון זה מהווה חלק מעבודתם. "ידיעות אחרונות" שולט בין "שוחרי המעמד".

(המשך בעמ' 16)

תמונה קבוצתית

[illegible]

תנימוס מחייב

תמר אלגנטי

• כיצד אוכלים תמרים, ואיך מוציאים את הגלעינים מהפה בצורה אלגנטית?

תמרים אוכלים באצבעות. את הגלעין מקרבים לקצה השפתיים וחולצים אותו מבין שפתיים קפוצות בקצות האצבעות. אין צורך להסתיר את הפה ביד השנייה. תמרים בליפתן אוכלים בכפית, ואת הגלעין מוציאים בעזרתה.

• הוזמנו למסיבת קוקטייל, ולאשתי לא התחשק ללכת. גם אני לא הלכתי, כי חשבתי שאין זה נאה להופיע לבד. אשתי סבורה שאין שום פסול בדבר?

אשתך צודקת. לקוקטיילים יכול אדם לבוא לבדו, אפילו אם הוזמן יחד עם בן/בת זוגו. בארוחות צהריים או ערב חייבים שני בני הזוג להופיע או להיעדר. אם לא מתכוונים להופיע, יש לשגר התנצלות הולמת.

• היכן מקומו של שקיק התה, אחרי ששולים אותו מן הכוס?

כדי למנוע ליכלוך מיותר, מניחים לשקיק לטפטף לתוך הכוס עד הסוף, ואחר־כך מניחים אותו בתחתית. לפעמים משתמשים בכלי מיוחד לשקיק התה, ואותו מניחים משמאל לכוס.

• האם מותר לסרב למארח כשהוא מציע כוסית משקה?

לא נאה לסרב למארח או למארחת, אך מותר לומר "רק חצי כוס, בבקשה", או "רק טיפה, בבקשה". בשום מקרה אין לכסות את פי הכוסית בכף היד כאות לסירוב.

■ ב.א. ברקאי

תיקון טעות

במתכון "עוגת גבינה מהירה" שהתפרסם בשבוע שעבר, בעמוד 840, נשמטה מלה מרשימת החומרים. צ"ל 3 כוסות קמח תופח.

עוגת קינמון

המצרכים: קופסה קטנה אגסים משומרים; מקל קינמון; 100 גרם חמאה רכה; 100 גרם סוכר; 4 ביצים; 2 כוסות; 5 כפות קורנפלור; כפית אבקת אפייה; קורט מלח; קליפה מגוררת מלימון אחד; מעט חלב; אבקת־סוכר.

מסננים את האגסים, ושומרים את הסירופ. שמים את הסירופ לסיר, ומוסיפים את מקל הקינמון. מביאים לרתיחה, ומבשלים מעל להבה נמוכה במשך 10 דקות. מוציאים את מקל הקינמון, ומצננים את הסירופ.

מקציפים את החמאה עם הסוכר לתערובת בהירה ואוורירית. מוסיפים את הביצים בזו־אחר־זו, תוך הקצפה. מוסיפים כף קמח עם כל ביצה.

מנפים את הקמח הנותר עם הקורנפלור, אבקת האפייה והמלח, ומקפלים לתוך התערובת המוקצפת. מוסיפים קליפת לימון וחלב בכמות שתספיק ליצירת תערובת רכה הנוטפת מהכף.

מסדרים את האגסים בתבנית אפייה משומנת, כשצידם החתוך כלפי מטה. מורחים את התבליל המוכן על האגסים. אופים בחום בינוני במשך כ־40 דקות, עד שפני העוגה משחימים ושפוד שננעץ בה יוצא נקי. מוציאים מהתנור, בוזקים אבקת־סוכר ומגישים חם, עם רוטב בטעם קינמון.

■ רות יולס

שולה מוזס מגישה: קורס לבישול איטלקי

מרק עוף ביתי

כשחמותי מזמינה אותנו לארוחת ערב, היא יודעת שהארוחה חייבת לכלול גם מרק־עוף. בכל מזג אוויר. בלי "המרק של מלכה" הארוחה אינה ארוחה, והבן האמצעי שלנו מדרג כל מרק עוף בהשוואה אליו. עד לפני זמן קצר, על אף מאמצי, הציון הגבוה ביותר שמרק העוף שלי קיבל היה "שלושת־רבעי מרק מלכה", וכבר חשבתי שזהו זה, לעולם לא אוכל להשביע את טעמו של בני ולהכין גם בבית את המעדן.

כששאלתי את חמותי מהו הסוד, אמרה שאין סודות: לוקחים עוף, הרבה ירקות, מלח ומים, ויש מרק. אולי אצלה, לא אצלי.

באיטליה למדתי את סוד המרק הטוב, וההבדל בין מרק־עוף טוב לבין מרק כבה־כבה הוא כמו ההבדל בין מים פושרים שטעם חלודה דבק בהם לבין מי־מעיין צלולים וקרים. אפשר להשיג זאת בלי תוספת מאמץ, וזה ודאי כדאי.

אז מה הסוד?

• כשרוצים שנוזל הבישול יספוג את טעם הבשר או הירקות, שמים את כל החומרים בסיר עם המים הקרים, ומביאים לרתיחה יחד. מקבלים נוזל טעים ובשר יבש ו"מכובס".

כשרוצים שהבשר והירקות יתבשלו וגם יתקבלו טעימים, מוסיפים אותם לסיר בשלב בו המים כבר רותחים. חום המים אוטם את המעטפת החיצונית של הבשר, וחומרי הטעם נשמרים בתוך הבשר במקום לצאת ממנו. לכן, כדי לקבל מרק טוב, מכניסים את הבשר והירקות לתוך סיר עם מים קרים, ומבשלים.

במטבח האיטלקי יש מאכל הנקרא בפשטות "בשרים שונים מבושלים" (Il bollito misto) – מכינים תחילה מרק ואז מכניסים את נתחי הבשר לתוך המרק הרותח.

• המלח גורם יציאת נוזלים מהבשר ומהירקות. לכן חשוב להקפיד על מועד הוספת המלח לתבשיל. כשמבשלים מרק מוסיפים את בתחילת הבישול: מיצי הבשר והירקות וכל הטעמים הטובים יופרשו לתוך מי־המרק.

• כדאי לבשל את המרק יום קודם ולהשאיר אותו לילה במקרר. השומן יצוף על פני המרק ויקרש, ואז יהיה קל להסירו. לפני החימום מסלקים את השכבה השומנית, ומקבלים מרק צלול, לא שמן וטעים.

המצרכים: עוף מס' 1 או 2; 500 גרם חזה בקר; בצל גדול, קלוף; 4–3 גזרים גדולים, קלופים; 3–2 קישואים קלופים; שורש פטרוזיליה קלוף; ½ שורש סלרי קלוף; 2 גבעולי סלרי עם העלים; 2 שיני שום קלופות; תפוח־אדמה בינוני קלוף; עגבניה טריה, בשלה, [illegible]

1. [illegible]

2. מוסיפים לסיר את בשר הבקר [illegible]

3. מוסיפים את הבצל, הגזרים, הקישואים, שורש הפטרוזיליה, שורש הסלרי, גבעולי הסלרי, שיני השום ותפוח האדמה.

4. מוסיפים לסיר מים קרים. פני המים צריכים להיות כ־5 ס"מ מעל הבשר והירקות. מביאים לרתיחה [illegible]

5. מסננים את המרק [illegible]

6. [illegible]

איטריות גבינה

מאכל שמוצאו מאזור רומניה שבאיטליה – רצועה צרה המשתרעת ממזרח לבולוניה ועד לחוף הים האדריאטי. שמו באיטלקית הוא פסטלי Passatelli. מרק עם פסטלי הוא מעדן אמיתי, עדין, מפתיע, נימוח ומשביע כאחת. האיטלקים מגישים את הפסטלי עם מרק צח ביתי. אנחנו יכולים להשתמש במרק צח סתמי מאיכות טובה.

המצרכים: ⅓ כוס גבינת פרמזן מגוררת; ⅓ כוס פרורי לחם לא מתובלים; ¼ כפית אגוז מוסקט טחון; 2 ביצים; 7 כוסות מרק צח.

1 מערבבים בקערה את גבינת הפרמזן המגוררת עם פרורי הלחם, אגוז המוסקט הטחון והביצים. מתקבל בצק רך למדי, משהו כמו דייסה קשה.

2 מחממים את המרק, וכשהמרק רותח יוצרים איטריות מהבצק (ראו הסבר בהמשך) ומכניסים למרק.

3 מבשלים את הפסטלי מעל להבה נמוכה במשך כשתי דקות. מכבים את האש ונותנים למרק "לנוח" עוד 5 דקות לפני ההגשה.

הכנת פסטלי

להכנת איטריות הפסטלי משתמשים במכשיר הדומה למעך שום גדול. בדרך כלל משמש מכשיר זה למעיכת תפוחי־אדמה מבושלים. מכניסים מהבצק למכשיר, מורידים את הזרוע המועכת את הבצק, ודרך החורים של המכשיר יוצאות איטריות דקות של בצק. מועכים את הבצק מעל סיר המרק הרותח כדי שהאיטריות תיפולנה ישר לתוך המרק.

אם אין מכשיר כזה אפשר להשתמש במעוך תפודים פשוט, שאותו אפשר לרכוש בכל חנות לכלי בית. הוא עשוי מידית ארוכה שמסתיימת בשתי זרועות החובקות דיסקית עגולה מחוררת. שמים את הבצק על משטח, צרים ממנו כדור, מניחים עליו את הכף ולוחצים כלפי מטה. איטריות הבצק מורצות כלפי מעלה כמו מי־מזרקה. אוספים ביד ומכניסים למרק הרותח. חוזרים על הפעולה עד שהבצק נגמר.

מי שבורח מסיכונים בעבודה ובחיי היום־יום, סביר להניח שיהיה צרכן המאמץ מוצר חדש רק בשלבי מחזור חייו האחרונים של המוצר • גם היפך מזה נכון: מי שנועז, אוהב אתגרים, האיש שמטייל במקומות המסוכנים ביותר – יש סיכוי סביר שינסה מוצר חדש מיד כשייכנס לשוק

(המשך מעמ' 15)

אלה יפנו לעתון הפופולרי ביותר. בן קבוצה זו רוצה לדעת בדיוק למה מתכוון חברו כשהוא שואל „קראת בעתון?"

אנשי־משפחה שומרי מסורת מהווים, אומנם, רק כ־10 אחוזים מן האוכלוסיה. אבל מסתבר שליקבים, למשל, כדאי להתמקד בהם שכן מדובר בצרכנים הגדולים ביותר של יין ומשקאות חריפים. בעוד שבאוכלוסיה הישראלית כ־20 אחוז לא שותים יין, בין המסורתיים מצטמצם אחוז הלא־שותים ל־5 אחוז בלבד. הם הלקוחות הגדולים ביותר של „בוסקה" ו„פנטסיה": שותים אותם פי שניים משיעורם באוכלוסיה.

הם אף לא קונים מוצרים מתוחכמים כמו מחשב אישי ומיקרוגל. בעוד ש־12 אחוז מכלל האוכלוסיה קנו מיקרוגל, אצלם ירד שיעור הקונים מתחת ל־10 אחוז. מסתבר שמעריצי המיקרוגל הגדולים ביותר הם שוחרי ההתנסויות. המכשיר מצוי כבר ביותר מ־20 אחוז מן הבתים.

המשפחתיים־מסורתיים תופסים את הפלח הקטן ביותר בשוק המכוניות. ל־75 אחוז מהם אין רכב לעומת 50 אחוז בכלל האוכלוסיה. הם כמעט שלא נוסעים לחו"ל: 75 אחוז מהם לא היו בחו"ל בחמש השנים האחרונות לעומת מחצית בכלל האוכלוסיה. את יצרני המשקאות הקלים יעניין לדעת שהציבור הזה כמעט לא יקנה פחיות משקה קל ברחוב. אבל הם קנו יותר טלוויזיות מהממוצע באוכלוסיה.

אגב, קוני הווידאו הגדולים ביותר במדינה הם המשפחתיים־החילונים. מי שמשתייך לקבוצה המשפחתית־מסורתית ילך אל החנות המוכרת וישמור לה אמונים. הוא נאמן למותג שקנה בשנים האחרונות, יחפש אישור של גוף מוסמך שהמוצר שרכש טוב. יושפע ממה שיאמרו ילדיו על מוצרי צריכה. בהשקפותיו הוא בעד ערכים פשוטים, נגד הפרדת דת ממדינה, בעד חוקה המבוססת על ההלכה. צאצאיו חשובים לו אבל הוא נגד פרסומת לילדים ומודאג משינויים בחברה.

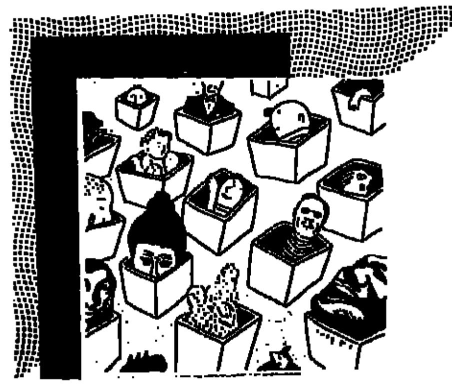
■■■

שוחרי ההתנסויות מהווים כ־5 אחוז ומתאפיינים בשיעור הגירושין הגבוה ביותר בארץ, פי שניים ממשקלם באוכלוסיה. הם בעלי השכלה גבוהה, מצבם הכלכלי טוב מאוד ונטיותיהם ליברליות. הם בזבזנים, מאמינים בצורך להתבטא ופחות מוטרדים מהסביבה. הם מחפשים חיים מלאים, התנסויות. נמצא ביניהם את גדולי הנוסעים לחו"ל.

קוראים הרבה שבועונים לועזיים, וגם את „כספים" וה„עולם הזה". מקפידים על שמירת מישקל. יש ביניהם רבים הנוהרים לחוגי ספיריטואליזם, מדיטציה ויוגה. דוגלים ביציאת נשים לעבודה מחוץ לבית. יש ביניהם יותר מצביעי מערך ושינוי ממצביעי ליכוד. פחות נאמנות למותגים. זוהי הקבוצה הראשונה במעלה לניסוי מוצרים חדשים.

הם רוכשים הרבה מכוניות – רק 33 אחוז טרם רכשו רכב לעומת 50 אחוז באוכלוסיה. יעדיפו מכוניות אירופיות, נפח מנוע 1300 ו־1700. „סובארו" ומכוניות יפאניות אחרות אינן מדברות לליבם. הם הלקוחות הטובים ביותר של תוכניות „ביטוח חיים". רק 25 אחוז מהם לא הצטרפו לתוכניות אלה, לעומת 40 אחוז בכלל האוכלוסיה. יש ביניהם אחוז גבוה של לא מעשנים. הם הצרכנים הגדולים ביותר של ריבות תוצרת חוץ, ורוכשים פי שלושה מכלל האוכלוסיה – אבקות כביסה מיובאות.

מהו ערכו של המחקר? לטענת פרופסור זיו ואיש הפרסום אריה רוטנברג, הוא יהפוך על פיהן את שיטות השיווק הנהוגות עד היום בישראל. יצרן יוכל לשנות אסטרטגיות של שיווק



מוצרים, לאתר את הקונים שלו ושל המתחרים. אם יגלה למשל שהמשפחתיים קונים מעט, די יהיה בשינוי האריזה לגדולה יותר כדי להביא לו לקוחות חדשים.

„המכירות, כמו הבחירות, נקבעות על־ידי הקולות הצפים. קשה לשכנע קונים בעלי נאמנות גבוהה להחליף את המוצר שהם רוכשים. המשווק החכם יודע לרכוש לצידו את בעלי הנאמנות הנמוכה", טוען זיו.

מי שיצא לשוק עם מוצר חדש יוכל לכוון אותו בצורה מדעית יותר לקהל היעד המתאים. „עד היום עובד השוק הפירסומי והשיווקי בעזרת האינטואיציה. שולטת התפיסה של היוקרתי לעומת הזול", טוען אריה רוטנברג. „בעזרת בנק הנתונים החדשים אפשר יהיה להפוך גם את השיווק וגם

את הפירסום למדע מדויק וקולע יותר. רוטנברג מדגים את יישום המחקר בשיווק קצף גילוח.

■■■

„נניח שאתה יצרן קצף. איך תמכור אותו בעזרת השיטה החדשה? עליך לתכנן שורה של קווי־ייצור שידברו לכל קבוצה בשפתה. קצף־גילוח זול לנאבקים ולמתקיימים בקושי. לשוחרי הבריאות – קצף־גילוח שלא יפגע בעור הפנים. למשפחתיים שחושבים במידות גדולות (שהם הלקוחות הטובים ביותר של אריזות הענק מביסקוויטים ועד אבקת כביסה) – תוציא אריזה גדולה מהמקובל.

„לשוחרי ההישגים והמעמד – קצף־גילוח עם אריזה בעיצוב כריסטיאן דיור או כל אופנאי צמרת אחר, עבור שוחרי הבילוי עליך להכניס את קצף הגילוח באריזה אדומה, להעניק לו שם מהמם כמו „בום". לשוחרי ההתנסויות אתה חייב למכור משהו אחר, קצף־גילוח צהוב ווֹדקה, בריח לימון. ועבור שוחרי השינוי החברתי והמגשימים אתה חייב להמציא קצף שלא פוגע באטמוספירה, שאריזתו מתכלה מאליה בתום השימוש, בלי לגרום זיהום סביבתי.

„המחקר הזה יכניס הרבה אנשים ללחץ", קובע רוטנברג. „כי הוא מערער תפישות קיימות. כל העוסקים במוצרי צריכה וגם בפוליטיקה, רגילים לדבר על הציבור הישראלי במונחים סוציו־דמוגרפיים: צעירים, מבוגרים, ספרדים נשים. המחקר שובר את המיתוס הזה ויכריח את הגורמים להשתנות. המפלגות שהרכיבו רשימות לפי מרכיבים סוציו־דמוגרפיים, ושיבצו בהן את הספרדי או האישה התורניים – יגלו שצריך להציב אנשים בעלי סגנון־חיים מסויים. מי שמחפש תשובה לשאלה מדוע הצליח כל כך מנחם בגין בקרב עדות המזרח – יכול למצוא אותה בסיווג על פי סגנון החיים".

יתחילו להופיע מוצרים חדשים בשוק, אחרים יצאו מהמעגל. זה מה שקרה בארצות הברית. איתור פלח השוק הבריאותי יצר את קו ה„דיאט" של „קוקה קולה", שהוא סיפור הצלחה.

חברת השקעות אמריקנית היפנתה את הפירסום שלה למשפחתיים, הנחשבים שיכבת האוכלוסין הגדולה ביותר. אחר כך גילו בחברה ששוחרי ההישגים אומנם מעטים יחסית, אבל הם משקיעים יותר כסף בהשקעות. שינו את הקו הפירסומי מן הקצה אל הקצה, הלכו על הגישה האינדיווידואליסטית – קו בולט באופיים.

שיתוף פעולה בין מחקרי סיגנון חיים וחברת „טיימקס" הניב לאחרונה את אחד מסיפורי ההצלחה המרשימים ביותר. המוצר שפורסם היה מודד לחץ דם אלקטרוני ביתי. מחקר חשף את פלחי השוק השונים למוצר וסיפק לחברה אומדנים על בעלי מודעות גבוהה לבריאות.

הסתבר שהם מייחסים חשיבות לצורתם החיצונית, פעילים בספורט וכו'. הרעיון התקשורתי שנבע מניתוח הנתונים היה „אנשים בריאים מקדישים זמן לעיסוקים בריאים", וכך התמקד מסע הפירסום באנשים המשחקים טניס, פעילות שהיוותה רקע למוצר. תוך שנה כבשה החברה 34 אחוז מנתח השוק ודחקה את כל מתחריה. למתחרה השני בגודלו – נתח של 9 אחוז בלבד מהשוק.

■■■

יש לציין שסגנון־חיים משתנה מארץ לארץ. חברת הפירסום הבינלאומית „יאנג ורוביקם" ערכה מחקרי צריכה בינלאומיים בנושא. בין השאר בדקו התייחסויות של נשים לשלוש שאלות הנוגעות לנקיון הבית. שאלו כמה מסכימות עם הקביעה ש„הבית חייב לעבור איבוק וניקוי שלוש פעמים בשבוע". דרגת הנקיון הגבוהה ביותר נמצאה באיטליה: 86 אחוז מן הנשאלות הסכימו עם הקביעה הזאת. במקום שני אבל הרבה אחריהן – הנשים האנגליות. 53 אחוז הסכימו. הנשים המזלזלות ביותר בניקוי הבית הן האמריקניות – 25 אחוז.

כשהתמקדה השאלה בהיגיינה האישית, נהפכה הקערה על פיה. הקביעה שהועמדה למיבחן היתה – „כל אחד צריך להשתמש בדיאודורנט". 89 אחוז מן הנשים האמריקניות הסכימו, לעומת 69 אחוז מהאיטלקיות. במקום אחרון האוסטרליות – רק 59 אחוז. שאלה מעניינת נוספת שנבדקה – ההתייחסות לילדים. לקביעה ש„ילדי הוא הדבר החשוב ביותר בחיי". ההסכמה הגבוהה ביותר היתה בגרמניה, 86 אחוז. באיטליה ובקנדה הצרפתית – 84 אחוז. בקנדה האנגלית, לעומת זאת, הסכימו עם הקביעה רק 56 אחוז מן הנשאלים, ושוב אוסטרליה במקום האחרון – 48 אחוז.

המחקר הישראלי גילה כי המשפחתיים מהווים בישראל 20 אחוז בלבד, לעומת יותר משלושים אחוז ומעלה בארה"ב, בצרפת, בשוודיה ובבריטניה.

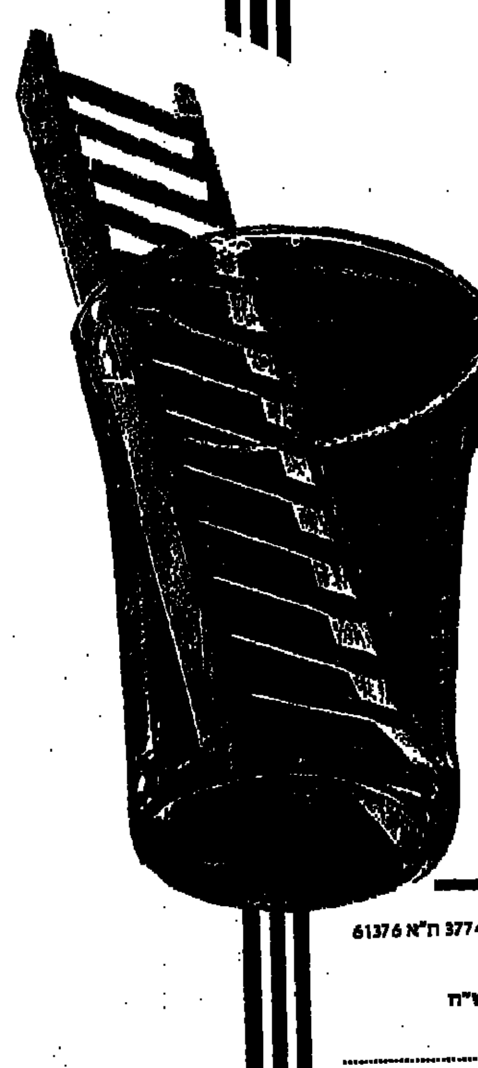
המחקר הישראלי יקל, אומר זיו, על חברות בינלאומיות המשווקות לישראל, להתאים את מדיניות הפירסום והשיווק לצרכים הספציפיים של הצרכן הישראלי.

ספר חדש

בקרקעית

מאבק אישי במחלת האלכוהוליזם

מאת רחל בת צבי



אלכוהוליזם נחשב בעולם כבעיית התמכרות ראשונה ...וילה – וגם בישראל ...י שמעדיפים ...ם מנושא מפחיד זה.

„רחל בן צבי" פגשה במשקה בגיל עשר. הוא נהפך לחלק מחייה עד שהגיעה צריכת המשקה שלה לשלושה וחצי בקבוקי ערק ליום. סיפור מלחמתה הנמשכת (ושלעולם לא תחדל) בשד שבבקבוק – הוא הנושא של ספר יחודי זה

המחיר —.28 ש"ח

הוצאת עידנים

ידיעות אחרונות

אל ידיעות אחרונות מחלקת הספרים, ת.ד. 37744 ת"א 61376

נא לשלוח אלי את הספר „בקרקעית"

מצורפת המחאה/המחאת־דואר בסך —.28 ש"ח

השם: ....

הכתובת: .... מיקוד ....

משקל קל עם דליה ניר

★ דיאטה ומוטיבציה.

★ יעוץ אישי ומעקב.

★ סדנאות נופש והרזייה, הקניית הרגלי אכילה נכונים (הסדנאות נערכות במלון "פלסי" בנתניה)

בתאריכים: 27.12.87-1.1.88; 24.1.88-29.1.88; 21.2.88-26.2.88.

פרטים והרשמה: „משקל קל", טל. 03-245055, 03-236043.

קבלת מודעות

ידיעות אחרונות

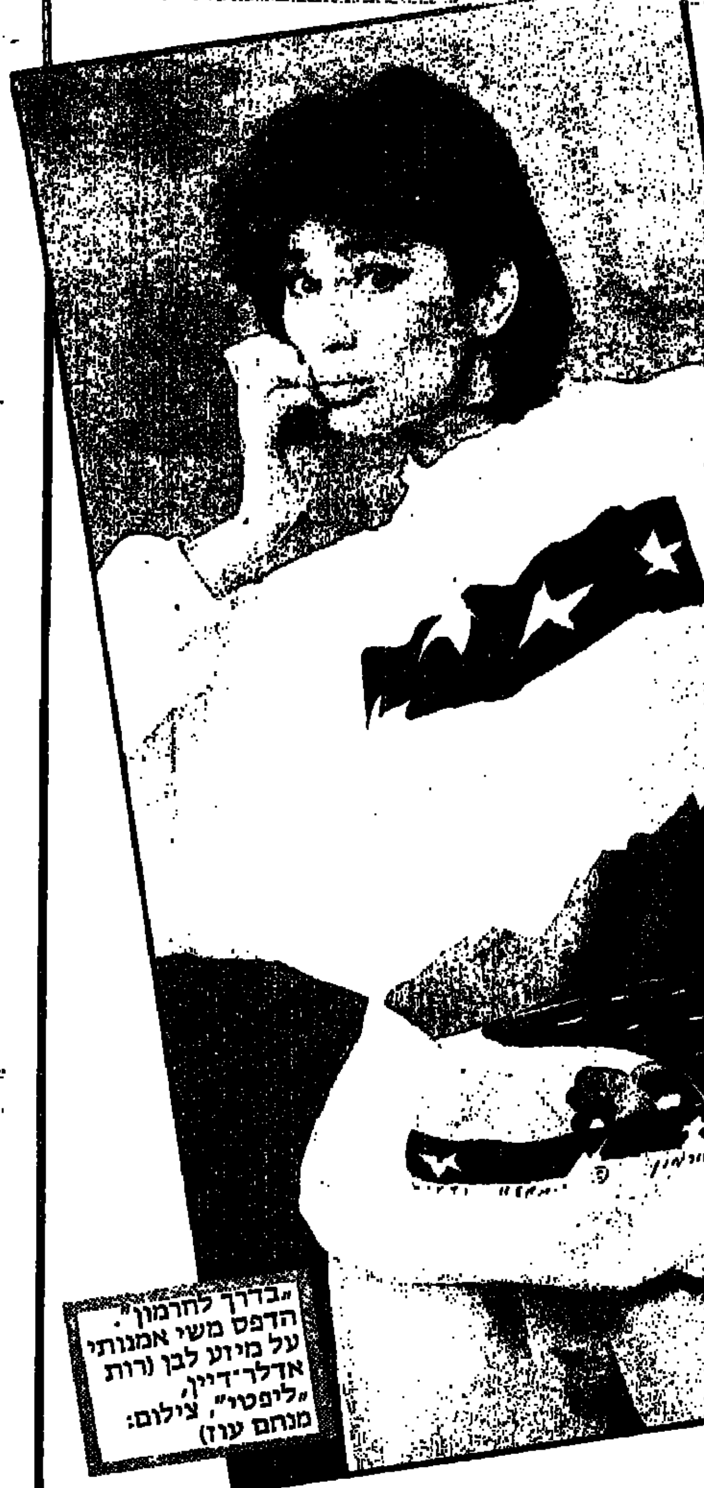
הלוח הכללי

03-282302

03-297481

03-291613

אימוניות בכושר



„בדרך לחרמון". הדפס משי אמנותי על מיזע לבן (רות אדלר־דיין, „ליפטי", צילום: מנחם עוז)

ארנבת ודב בצבעי רמזור משתעשעים על המיזע („נאף נאף", צילום: אלדד מאסטרו)

מיזע בצבע כחול־צי שעליו כתובת רקומה, נלבש על חצאית מיני־ג'ינס („סאבי לייף", צילום: מנחם עוז)

האימוניות כבר עזבו מזמן את מסלולי הריצה והאתלטיקה ועברו אל הרחובות והמישרדים • עתה הם מתחרים בבדי הקנוואס של הציירים, ונושאים על עצמם הדפסים צבעוניים מלאי השראה • מי שיהיה לו קר החורף – יש לו אישור ללבוש את בגדי הפוטר בשכבות • מי שרוצה להרגיש טעם של חו"ל – יבחר באימוניות עם אותיות קיריליות, או קישוטים סקוטיים

מאת נורית בת־יער

ברמה קאמלי, אופנאית אמריקנית ממוצא לבנוני, הוציאה את בד הפוטר של המיזעים והאימוניות מחדרי הכושר וממסלולי הג'וגינג אל המסעדות, הרחובות, והמשרדים. רות אדלר־דיין, מעצבת טקסטיל ישראלית ממוצא קנדי, מוציאה אותו אל הגלריות. הסבה אותו לקנבס שעליו היא מבצעת הדפסי משי עליפי ציורים שלה המוצגים בקביעה בגלריות לאמנות.

ההשראה ישראלית מאוד. נופים עירוניים, טיולים לחרמון, הפרדס, פירות, מיפרשיות שמלבינות באופק. לכל מיזע או אימונית מצורפת תעודת אותנטיות של האמנית. הציורים ססגוניים, קלילים, מצהילים. יופיים והאופי המקומי המאפיינים אותם מדברים לא רק ללב התיירים. גם בקרב הישראלים הפכו המיזעים המצויירים ללהיט.

הדפסי המשי של אדלר־דיין מ„ליפטי" הם הדבר הכי רענן שקרה לבד הפוטר החורף. דבר משמח אחר שאירע לו – פתיחת הסניף הישראלי של החברה הצרפתית „נאף־נאף". הדפסים הגראפיים המעטרים את האימוניות ואת סיבלי הפוטר של „נאף נאף" הם אומנם תעשייתיים. אך מעוצבים ביד קלילה ומסוגננת, עם הרבה חן ובשילובי צבעים יהודיים.

מיפגש ידידותי בין דב לארנבת הנוסף לסיפור צבעוני מרתק בוורוד, ירוק־בקבוק, לימון ומוקה על רקע שחור. תוויות משולשות שעל כל אחת מהן רקום עיטור או סמל שונה, מטפסות לאורך הרגל ועד למרום החולצה, בצד, באימונית לבנות.

את התוספת המושלמת ביותר עבר בד הפוטר ב„ניבה", שם, וגם ב„מיץ־מיץ" הענף ל„מנוקר". ובמערכות ההדורות של קרדיגנים ארוכים מעל חצאיות פעמון, במיזעים עם צווארון חולצת־פולו, ובטוניקות מעל חצאיות צרות של „ניבה" – כמעט שאין להכירו.

רבקה וקס, מעצבת דגמי „פילפל", ריפדה את אימוניות החברה בכהיות. ירדנה זיו מ„הוניגמן" תפרה עליו טלאי של מישבצות סקוטיות ובטרכון תווית של בית מלוכה. ב„טופר" הדפיסו עליו אותיות קיריליות לדוברי רוסית בלבד.

תווית המודיעה לכל שמדובר ב„קז'ואל וור", כלומר בביגוד נינוח, מקשטת. מיזע של „סאבי" המשודך לחצאית מיני מג'ינס. ואילו ב„גנטון" לובשים את המיזעים אחד מעל לשני, כדי שיהיה ממש חם בחורף. למי שעדיין קר – מיכל יטינזון מציעה מעיל מעל מיקטורן מעל חולצה מעל טוניקה. כולם מבד הפוטר ובשילובי צבעוני מעניין של שחור, סגול, וירוק.

ומה קורה ב„גלי" המתמחה בחפקת אימוניות? שם וודקא והציבו לבד הפוטר מתחרה בצורת ניילון מקומט ועד־צבע. מחירים: מיזעים 39־77 שקל, אימוניות 80־143, מיכנסי פוטר: 38־67 שקל.

השבוע בשקם

שקם — לשרות מגיני העם

25.11 – 1.12.87

קנו־היום — שלמו ב־1.1.88

לזכאי הקניה החל מ־80 ש"ח
לחברי מועדון שקם החל מ־50 ש"ח
בקניית מוצרים שאינם חייבים בריבית

חנויות "שקם" פתוחות...

אבן גבירול – ת"א, נתניה, ראשל"צ, אשקלון
אשדוד, טבריה, נתיבות, ק. מוצקין, חיפה, אילת
בימים א'–ה' פתוחות עד 20.00.

קומת המסד חנות גבעתיים
פתוחה מ־7.00 בבקר

חנות באר־שבע פתוחה
בימים א', ב', ג', ד' עד 20.00 יום ה' עד 24.00 קומת הכניסה והמסד

חנות "שקם" בקניון – ר"ג פתוחה
בימים א', ב', ג' עד 22.00
בימים ד', ה', עד 24.00 מ־22.00 קומת המסד בלבד.
החנות פתוחה בכל מוצ"ש עד 24.00

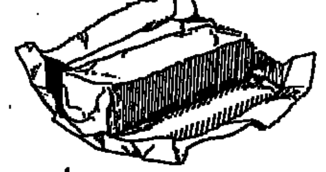
מבצעי השבוע

מבצע "ויטה"

רוטב שמפיניון/ עגבניות 50 גרם ~~1.10~~ **0.85**
רוטב צלי/שמיר ~~1.-~~ **0.78**
רוטב גורמה שמפיניון/צלי ~~1.92~~ **1.33**
ספל מרק בטעמים: פטריות, עגבניות, ירקות, בצל, עוף עם ירקות, אפונה עם קרוטונים ~~2.20~~ **1.70**

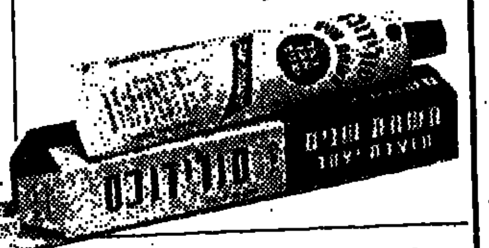
חיתולים חד פעמיים
"ליטופים"
10.– 13.05

"ויטה" "טית בית"



מרגרינה תכליתית
או בטעם חמאה 200 גרם
רק 0.42

משחת שיניים סולידוכס
135 גרם "יצהר"
1.45 ~~2.10~~



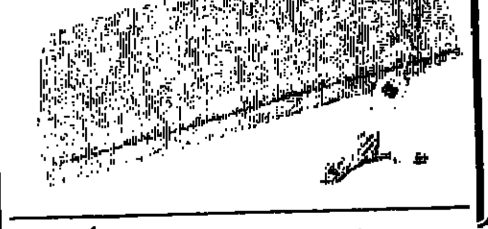
תה בשקיות
1/100 ויסוצקי
3.– 3.42

מבצע פרומין
דקדפים
500 גרם ~~5.30~~ 4.10
150 גרם ~~2.02~~ 1.57

מבצע "סטרפלסט"
ארגז כלים חינם לכל הקונה סדרנית או מיכל כביסה

שקדי מרק
400 גרם אסם
3.10 ~~3.53~~

סדין חמום חשמלי
כפול, פרווה, "תדיראן"
ב־ 4 X 28.50 ש"ח



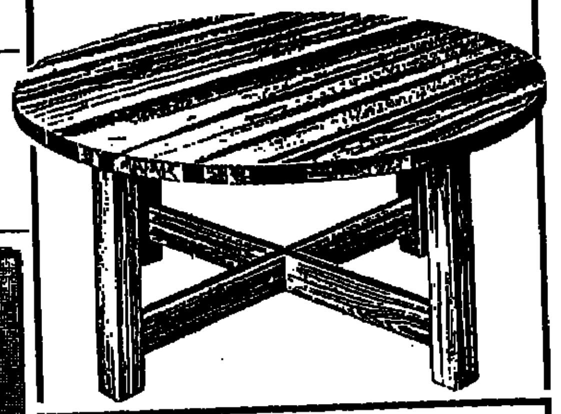
מפזר חום חשמלי
דגם B.D.M 221
ב־ 3 X 39 ש"ח

טלויזיה נורדמנדה
22" + שלט
ב־ 4 X 485.– ש"ח

טלויזיה "פיליפס"
20" + שלט
דגם 6350
ב־ 10 X 174.– ש"ח

מערכת סטריאו "סאניו"
דגם 6110
ב־ 10 X 224.– ש"ח

מבצע בשקם אשדוד
אל תחמיצו עד 50% הנחה על רהיטים שעמדו בתצוגה



6 ימים אחרונים
מבצע למשרתי צבא קבע, שב"ס ומשטרת ישראל
הלבשת חורף, מגבות, שמיכות חורף
קונווקטור, וידארטייפ,
טרמוס משאבה

כל שואבי אבק "הובר"
ב־3 עד 6 תשלומים
ללא ריבית!!!

רשת א'

חודש האופנה בשקם

—— לילדים: ——
חליפת טרנינג
"סולוג" **46.90** ש"ח

סווצ'ר "סולוג"
רק **21.90** ש"ח

—— לנשים: ——
מעודפי יצוא
חולצות כותנה
בשלל צבעים
Optimistic רק **24.90** ש"ח

—— לגברים: ——
חולצות "אופנת ברוך"
פוליאסטר כותנה דגמים שונים
רק **39.90** ש"ח

מכנסים אופנתיים
דגם "מינסוטה" "אופנת ברוך"
רק **39.90** ש"ח

הרשת המובילה בישראל

לילה לא שקט

"מצאנו את הקשר בין חוסר שינה לבין שכיחות מקרי המוות ותוחלת החיים. הסיבה לחוסר – תעלומה", אומר חוקר שינה אמריקני, בתום מחקר בן 6 שנים ● רצוי לישון כ־8 שעות בלילה. 10 שעות שינה מעידות על דיכאון, פחות מ־4 שעות – עצבנות ופעילות־יתר ● מועיל: חדרים מאווררים היטב, קריאה לפני השינה ● לא מועיל: לספור כבשים, לשתות חלב

מאת דבורה נמיר

איור: איתן קדמי

כולם יודעים שאין טוב, בריא, נעים ומועיל יותר משנת לילה. לא כולם זוכים להינות ממנה. רבים סובלים מנדודי שינה, או שינה טרופה. מנסים ומתאמצים ולא תמיד מצליחים. גם לספור כבשים לא עוזר. בעל שנוחר בוודאי לא מיטיב עם שנת אשתו.

מה לעשות, אי אפשר לוותר על שנת־לילה. אפילו דגים ישנים. רובנו מנהלים מירוץ מטורף, ובסיומו של יום מעייף מייחלים לשינה שקטה, מבלי להתעורר באמצעה. מי שלא ישן טוב בלילה, מסתובב מבולבל וחסר ריכוז ביום. לשנת הלילה יש קשר עם תוחלת החיים שלנו. מי שלא ישן מספיק – מקצר את חייו. רצוי לבלות שליש מהיממה בשינה.

בימים אלה, פורסם מחקרו של פרופ' דניאל פ. קריפה, פסיכיאטר, העומד בראש צוות חוקרים, באוניברסיטת קליפורניה. המחקר מביא ממצאים על השפעות אורך שנת־הלילה על תוחלת החיים.

כראיה, אמר פרופ' קריפה: "אני יודע שהממצאים מדהימים. מצאנו את הקשר בין מספר שעות השינה בלילה, לבין שכיחות מקרי המוות וסיבוני תוחלת החיים. הסיבה – נשארת תעלומה".

■■■

מחקרו של פרופ' קריפה נערך בשיתוף עם האגודה האמריקאית למלחמה בסרטן, על מיליון איש ואשה, בגיל 30־90 שנה. המעקב אחר הרגלי השינה שלהם, שעור המחלות בקרבם ושיעור מקרי המוות, נמשך שש שנים.

המימצא העיקרי: ככל שאנשים בילו יותר משעות הלילה בשינה, זכו בתוחלת חיים ארוכה יותר. הממוצע המומלץ בכל גיל: 7־8 שעות בלילה.

מהמחקר עלה, שאותם מועמדים שישנו בלילה פחות מ־4 שעות בממוצע, בקביעות, היו בעלי "פעילות־יתר". הם גם עצבניים וחסרי מנוחה בחייהם. הם חיים תחת סיכון של מוות בגיל צעיר, לעומת בני גילם באותו מצב בריאות, שישנים כשורה.

נתגלה עוד, כי שיעור התמותה ותוחלת החיים הקצרה היו גם בקרב אנשים שישנו 10 שעות כל לילה וגם יותר. וזאת, בשיעור של 80 אחוז, בהשוואה לאלו שישנו 7־8 שעות.

החוקרים קיבלו, באמצעות שאלונים וראיונות טלפוניים, מיליון תשובות מהמתנדבים על משך שנת הלילה שלהם, להוציא אירועים חריגים: היסטוריה רפואית על מצב בריאותם; עיסוקם; שתיית אלכוהול; צריכת תרופות ועישון. כך נקבעו המדדים והממוצעים. כאמור, כל המתנדבים היו במעקב במשך 6 שנים והמידע אודותם עודכן.

במסגרת המעקב, גילו החוקרים כי חלה גם עליה בשיעור התמותה אצל אלה שעברו משינה של 7־8 שעות בלילה, מסיבות שונות, ל־10 שעות שינה בלילה ויותר. פרופ' קריפה מסר, שבקרב אותם מתנדבים שהעלו את שעות השינה שלהם, או קיצרו אותן – חלה עליה מקבילה בשיעורי ההתאבדויות.

■■■

לדברי הפסיכיאטר, כשאדם ישן 10 שעות ויותר בלילה, יש לו בעיות נפשיות: הוא שרוי בדיכאון והשינה היא אמצעי בריחה. גם דיכאון הוא סיבה לחוסר שינה. אנשים הנרדמים ל־4 שעות בלילה בלבד ואומרים שזה מספיק להם, מסתובבים לאחר מכן בבית או ברחוב חסרי מנוחה. חלק מהם יבחר לבסוף להגיע אל השלווה בדרך היחידה שבהישג ידו – ההתאבדות.

כדי לשלול את האפשרות, שהשכיחות הגבוהה־מאוד של מקרי מוות בקרב הישנים יותר או פחות מהממוצע הנדרש, סיננו החוקרים את המידע אודות המחלות, והוציאו, לצורך קביעת מסקנותיהם, את כל המתנדבים שסבלו מלחץ דם גבוה, מחלות לב וסוכרת, סימפטומים מסוכנים לכשעצמם.

אך מה עושים בינתיים עם בעיות השינה? החוקרים קובעים כי בממוצע סובלים 3־5 אחוז מהפרעות חולניות בשינה. "מי שלא ישן טוב בלילה, ולא מטפל בעצמו, סובל לאחר מכן מירידה ביכולת התיפקוד ביום", אמר ד"ר גסטבי מאר, מנהל המרכז להפרעות בשינה בוירג'יניה.

הוא ציין, שאנשים שאינם ישנים כפי שצריך בלילה, עצבניים ביום, ואם הם טיפוסים אלימים ותוקפנים באישיותם, הרי שחוסר הריכוז, המלווה לרוב גם בכשלונות במשך היום, הופך אותם למסוכנים לחברה ולציבור.

"מצאנו, שהגורם האנושי בתאונות דרכים, הוא הנימנום־לרגע של הנהגים ברכב. נהגים שאינם ישנים מספיק וטוב בלילה, מועדים בשכיחות גבוהה יותר להיות מעורבים בתאונות דרכים".

נדודי שינה מדי פעם אינם צריכים להוות סיבה לדאגה. אולם כאשר התופעה חוזרת על עצמה בקביעות, והופכת להרגל, ללא קשר עם רמת העייפות, בעיות אישיות, דאגות או מצב זמני של מתח – צריך לפנות לרופא.

קיימים גורמים סביבתיים המפריעים להירדם או לישון היטב בלילה, ואותם אפשר לנטרל: חדרים לא מאווררים, בהם האוויר חם מדי, אורות ורעש שחודרים מבחוץ, ואפילו שעמום. קריאה מומלצת לפני השינה. כוס חלב חם לא תועיל.

"למרות שהמדע התקדם בהבנת מנגנוני השינה, מרבית הגורמים המפריעים לשינה הם בחזקת נעלם", אמר ד"ר מאר. ידוע כי יש במוח כימיקלים העוברים דרך מערכת חילוף החומרים בגוף, ומרדימים אותנו. לחומרים אלה יש גם השפעה על מועד היקיצה. אולם, לפעמים, בהשפעת גורמים שונים, חל שיבוש בהפרשת החומרים הכימיים במוח.

לדברי ד"ר מאר, דיכאון הוא הגורם מספר אחד להפרעות בשינה, אחריו שימוש בתרופות או בסמים. כוסית אלכוהול לפני השינה מרדימה, אך כשהשפעת האלכוהול פגה, במהלך השינה, האדם מתעורר, ומתקשה להירדם שנית.

יש הנוחרים, ואם כי הם נרדמים, הם סובלים מ"דום נשימה" כ־500 פעם בלילה, כשהם אינם במצב של עירות, אלא בשינה טרופה. הסימן: הם קמים והמיטה הפוכה. תמיד חסר להם אוויר. לאלה יש פתרונות כירורגיים.

במחקר שערך פרופ' שלמה לביא, מנהל מעבדות השינה בטכניון בחיפה, נקבע ככר, של־15 אחוז מהנוחרים, שסובלים מהפרעות בשינה, יש לחץ דם גבוה; וקיים קשר בין שתי התופעות. ברוב המקרים, הם גם אנשים שסובלים מעודף משקל.

"מנינו 72 סיבות להפרעות בשינה. מי שמתקשה לישון ורוצה לחיות – חייב לפנות לטיפול רפואי. התמכרות לגלולות שינה ללא אבחנה אינה הדרך הנכונה".

מגיל 20 והלאה, מבוגרים זקוקים ל־7 עד 8 שעות שינה בלילה. כשהם עושים זאת בקביעות, בריאותם תהיה טובה יותר ותוחלת החיים ארוכה יותר. ככל שהגיל עולה, ועימו יורדת הפעילות הגופנית, נמצא שימוש מופחת גם ביכולת השכלית. גם איכות ועומק השינה יורדים.

מסיבות בלתי ידועות עד כה, טוען פרופ' מאר, שינה טובה נמדדת גם בעומקה. נשים שומרות על שינה עמוקה יותר מגברים. נשים בגיל 70 זוכות לשינה עמוקה ורצופה, כמו גברים בגיל 60.

אולי זו הסיבה שנשים מאריכות חיים בממוצע של 4 שנים, לעומת גברים? אולי.

יומני היקר...

בארה"ב משתמשים בשיטת "רישום ביומן", של ד"ר ארתור שפילמן, מהמרכז להפרעות שינה, בקולג' של ניו־יורק. השיטה נקר־את "S.r.t." – (סליפ רסטריקשן ת'ראפי).

בשבועיים הראשונים רושמים ביומן מתי הולכים לישון ומתי מתעוררים, ומסכמים. אח"כ עו־שים את הממוצע הדו־שבועי.

לאחר שמגיעים לממוצע, מנ־סים להגיע ליותר. הרישומים עוז־רים להירדם, כמו שרישום כמות הסיגריות, עוזר לנגמלים. תרגיל בשכנוע עצמי.

אם אתם חשים, שאתם שוכבים במיטה ולא זוכרים בדיוק מתי נר־דמתם, תרשמו בערך. לכו לישון מוקדם יותר, בהתאם לממוצע של־כם, עד שתגיעו לנורמה הדרושה.

בשבוע השלישי תרגישו קצת תשושים במשך היום. זה יעבור. הגוף מתרגל להקדיש שליש מהיממה לשינה.

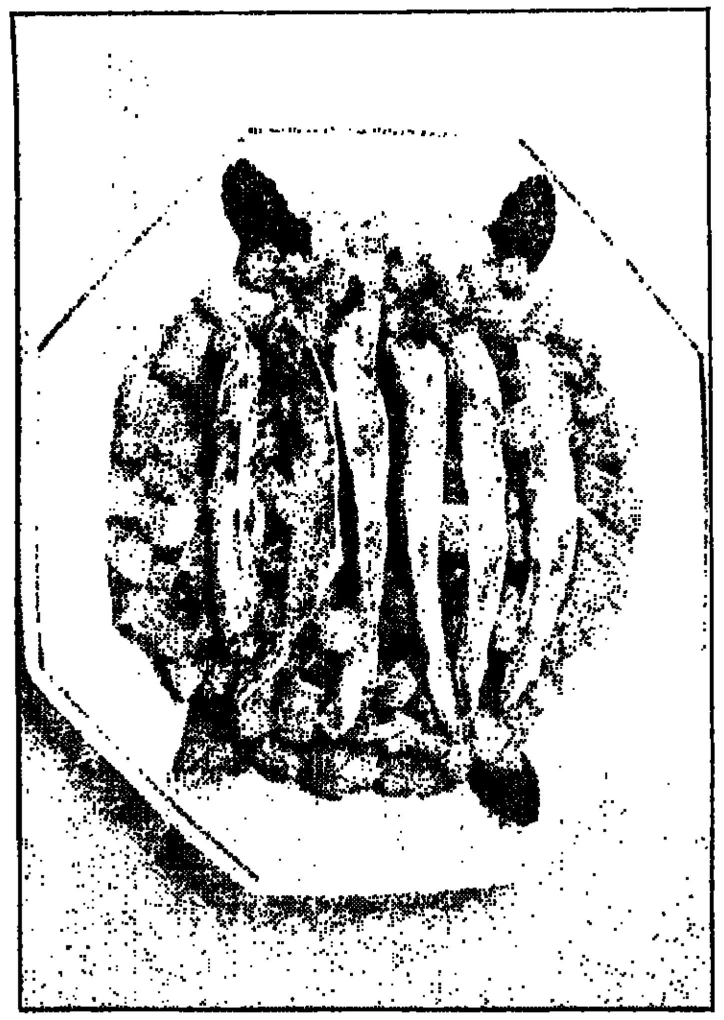
החל מהשבוע הרביעי נרדמים טוב יותר, וישנים יותר. כל שבוע יש להקדים את שעת השינה כ־15 דקות. מהמחקר שערך ממציא השיטה, שכלל מעקב במשך ששה חודשים, התברר שנפתרו 80 אחוז מהבעיות של מטופליו, שסבלו מנדודי־שינה, ללא תרופות.

אולם הצלחה ואזהרה בצידה: אם אחרי 8 שבועות של רישומים, ניסויים, ותרגילים, אתם עדיין סובלים מבעיות של נדודי־שינה, ואינכם מסוגלים להירדם ולישון כראוי – עליכם לפנות לטיפול רפואי.

צירופים

ספר חדש לאספני הדיאטות: "דיאטת הצירופים". העיקרון: להבין את האיזון הנכון ● המחברת, ברוריה טל, תזונאית ודיאטנית קלינית מסבירה את הסיבות להשמנה; השפעת הניקוטין על שריפת הקלוריות; כיצד להתמודד עם תחושת הרעב ● החידוש – הצעות ארוחה היוצרות אינסוף צירופים ● בהצלחה

מאת דליה ניר



ספר דיאטה חדש התווסף אל המדף: "דיאטת הצירופים", סיפרה של ברוריה טל, תזונאית ודיאטנית קלינית, בהוצאת "זמורה ביתן". ספר מלבב, שצורתו החיצונית שונה מספרי הדיאטות הרגילים, בעיקר בשל היותו בנוי כדפדפת קרטון, שבה כל עמוד נחלק למספר ארוחות שאפשר להמיר את חלקן בארוחה או שתיים ביום אחר. בדרך זו מיספר צירופי הארוחות הוא באמת ללא הגבלה.

הספר מחולק לפרקים עיוניים ופרקי דיאטות מעשיות. בחלק העיוני מוסברות הסיבות להשמנה, הסבר על ההבדל בין השומן החום והשומן הלבן.

פרק מיוחד דן בהשמנה בעיקבות הפסקת עישון, ובו הסבר מקיף על תפקיד הניקוטין והשפעתו על פעולתה של בלוטת המגן.

הניקוטין, כך מסתבר, מגביר את פעולת הבלוטה ועל כן שריפת האנרגיה בגוף מוגברת בערך בין 150 ל־300 קלוריות ליום. כך שאם אדם חדל לעשן וממשיך בתזונה שבה הורגל בתקופת העישון – הוא צפוי לעליה במשקל מבלי שהדבר ישמש כתירוץ לאכילה מופרזת. לשם כך מציעה ברוריה טל לשנות את הרגלי האכילה בעת גמילה מעישון.

פרק נוסף דן בנטיה של מרזים רבים לא לאכול במשך היום ולהעמיס על גופם ארוחה גדולה בערב. נכון או לא נכון?

לא נכון, קובעת המחברת. חלוקת הארוחה הגדולה למיספר ארוחות רב יותר במשך היום מגביר את קצב הרזיה.

הספר דן בתחושת רעב וכיצד להתמודד עימה. חבל רק שאין התייחסות מעמיקה יותר לתחושת התיאבון, שהרי מרבית מבעלי עודף המשקל אוכלים לא מרעב – כי אם מתיאבון, ורב ההבדל בין השניים.

בספר הסברים מפורטים ומאלפים על אודות אבות המזון והצורך בתזונה מאוזנת. עודפי נוזלים, ויטמינים ועצות טובות כיצד להתמודד עם עצירות נוזלים ועצירת הירידה במשקל.

לפני שנביא דיאטה לדוגמא נציין את כללי דיאטת הצירופים.

יש להתחיל כל ארוחה באכילת ירקות.

יש לאכול 6 ארוחות ביום – שלוש גדולות ושלוש קטנות.

יש לשתות כוס מים לפני כל ארוחה – ולא במהלכה או אחריה.

★

הממוצע הקלורי המומלץ לדיאטת רזון הוא 1000 קלוריות. אך בספר זה ניתנת האפשרות לתכנן תפריט בן 800 קלוריות או 640 קלוריות בלי לפגוע בעקרון דיאטת הצירופים.

הספר מכיל כ־30 מתכוני סלטים ושתי מחלקות של דיאטות, דפים כחולים ורודים. הכחולים: תפריטים מאוזנים, הוורודים – דלי פחמימות, מצורף גם הסבר איך להשתמש בהם. נביא לדוגמא שניים, אחד כחול ואחד ורוד.

לסיום, ספר חביב שנראה כי הושקעה בו עבודה רבה ומחשבה רבה. מי ייתן וספר זה אכן ילמד את "השמנים" להסתפק ב־10 גרם חלבה, בכף גרעיני חמניות, ב־¾ כוס בירה או ב־2½ כפות גלידה פירות – כפי שמוצע בספר.

אם אכן תצליח ברוריה טל במשימתה זו – לא יהיו עוד שמנים בעולמנו.

במשך היום ארוחת בוקר (150 קלוריות)	100	¾ כוס חלב (175 מ"ל)
	50	ירקות – 2 יחידות בקליפתן (200 גרם) או 1 יחידת פרי
	75	1 פרוסת לחם מחיטה מלאה (30 גרם)
	24	2 כפות גבינה לבנה כחושה (30 גרם)
ארוחת ביניים (50 קלוריות)		1 יחידת פרי
		שתיה ללא סוכר
ארוחת צהרים (350 קלוריות)	100	ירקות – 4 יחידות בקליפתן (400 גרם) או בשלמותם, או בסלט ירקות, או במרק ירקות, או כירקות מבושלים
	150	שוק עוף במשקל 250 גרם לפני הבישול
	50	1 יחידת פרי (מאחת מארוחות הביניים)
	45	1 כפית שמן
ארוחת ביניים (50 קלוריות)		חלבה (10 גרם)
		שתיה ללא סוכר
ארוחת ערב (250 קלוריות)	50	ירקות – 2 יחידות בקליפתן (200 גרם) בשלמותם, או בסלט ירקות, או במרק ירקות, או כירקות מבושלים
	100	1 גביע יוגורט
	60	2 כפות גרנולה עם סובין
	45	1 כפית שמן
		שתיה ללא סוכר
ארוחת ביניים (50 קלוריות)		½ כוס יין שולחן יבש (70 מ"ל)
		שתיה ללא סוכר

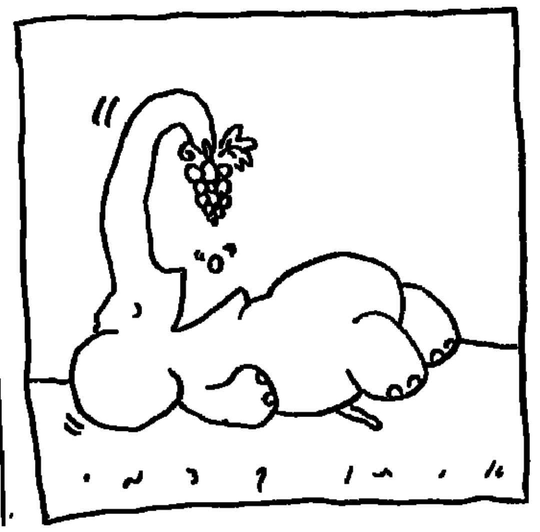
במשך היום ארוחת בוקר (150 קלוריות)	100	¾ כוס חלב (175 מ"ל)
	50	ירקות – 2 יחידות בקליפתן (200 גרם)
	100	1 כוס רוויון (200 מ"ל)
		שתיה ללא סוכר
ארוחת ביניים (50 קלוריות)		2 כפות שטוחות גבינת קוטג' 9% (30 גרם) מרוחות על ירק חי
		שתיה ללא סוכר
ארוחת צהרים (350 קלוריות)	100	ירקות – 4 יחידות בקליפתן (400 גרם) או בשלמותם, או כסלט ירקות, או במרק ירקות, או כירקות מבושלים
	200	חזה עוף במשקל 250 גרם לפני הבישול – מנה גדולה
	45	1 כפית שמן
ארוחת ביניים (50 קלוריות)		2 חלבוני ביצה (לבן-ביצה)
		שתיה ללא סוכר
ארוחת ערב (250 קלוריות)	50	ירקות – 2 יחידות בקליפתן (200 גרם) עם בשלמותם, או כסלט ירקות, או במרק ירקות, או כירקות מבושלים
	55	3½ כפות שטוחות גבינה לבנה 5% (55 גרם)
	100	1 גביע לבן
	45	1 כפית שמן
ארוחת ביניים (50 קלוריות)		½ כוס יין (100 מ"ל)
		שתיה ללא סוכר

הזוצי הטבעוני שלי

האיש שבא לסעוד

אני מוכן לקחת חזרה חלק מהעלבונות שהטחתי כאן בעבר באוכל הטבעוני. אומנם רק חלק, אבל גם זה משהו. אני לוקח את דברי בחזרה משום שאכלתי השבוע במסעדה קטנה בבן־יהודה 59, ת"א, הנקראת „הטבעוניה". אומנם לא גיליתי שם גדולות ונצורות, ואחרי אותו ביקור עדיין אינני מוכן להמיר את דתי ולעבור לאכול טבעוני –

כתנור, אני חושב על עשרות מינים, ואני יכול להציע לטבעונים למיניהם לפחות מין אחד – אורז בקארי, שאליו אני מוסיף מעט צימוקים, מעט צנוברים (והשוק מלא בהם עכשיו) מעט פטריות, ואם החלטתי להיות מושחת – גם מעט שקדים. מה רע בזה? זה לא טבעוני די? המשפחה שלי מלקקת את השפתיים לאחר מנה כזאת,



אבל ביליתי שם בכל זאת שעה נעימה, עם אוכל בינוני למדי, אבל לא רע.

פתחנו בשני מרקים. מרק שעועית חמצמץ, שופע ירקות, טעים למדי; ומרק ירקות, שופע גם הוא ירקות, טחונים דק, עשירים ביותר, מכל המינים ומכל הסוגים. השפע הזה מצא חן בעיני. הטעם (ללא מלח, ללא תוספות) – קצת פחות.

מהמרקים עברנו למנות עיקריות. מוסקה מלווה במג'דרה וירקות (סלרי, שעועית) ואורז עם פירות מיובשים, מלווה גם הוא בירקות – שעועית ותירס כפלפלים. האורז – כמובן אורז מלא. הירקות – עומסים את הצלחת ללא רחמים. מנות ענק גדולות ומשביעות. לסיום אתה יכול לקבל כאן מוס תפוחי עץ, שאינו אלא רסק תפוחי עץ מצופה בגרנולה, ואת כל זה אתה יכול לקנות במיצים טבעיים. התשלום – 41 ש"ח.

ובכל זאת, אני לא בדיוק מבין את העניין. הרי גם אני טבעוני, לפחות חצי ממני טבעוני. החצי של התוספות המלוות את הבשר. אבל החצי הטבעוני הזה לא מבייש את החצי הבשרי. למשל – כשאני חושב על אורז, כליווי לעוף בסויה,

ובמקרים רבים גם אינה נוגעת בבשר המלווה אותה. אני בטוח שמסעדה טבעונית שהיתה מאמצת את המתכון הזה, היתה גורמת הנאה גדולה למבקריה.

או, למשל, אם טבעונים, מדוע לא להיות טבעונים עד הסוף. מדוע לא להשתמש בשפע צמחי התבלין המצויים בארץ שלנו ביד רחבה. מדוע לא להכין רוטב מרווה, למשל, (עלי מרווה טחונים, מטוגנים בחמאה או בשמן) ולהוסיף אותו לתירס. קשה להאמין מה שרוטב כזה עושה לגרגרים המתקתקים הללו. או מדוע למשל, לא להכין רוטב ריחן (עלי ריחן כתושים, מעורבבים בשמן זית וגבינה צהובה) ולהוסיף אותו למרק הירקות. המרק מקבל כך שבעה טעמי גן־עדן, ריחות ניחוח, וצבע ירקרק־זהוב מעורר תיאבון.

האמת היא שיש לי מתכוני טבע נוספים, ווריאציות אינספור של מרקי ירקות, ירקות מבושלים, ירקות חיים, וכולם טעימים להפליא. אבל לא בטוח שבאמת כדאי לבזבז אותם על טבעונים. יש לי הרגשה שרק מי שאוכל בשר יודע להעריך גם ירקות טובים. ובכל זאת, אני מוכן עדיין לנסיונות נוספים.

לוקולוס

כסף צמוד

יש מי שנוסע לדרום־אמריקה כדי לבזבז את הכסף שהרוויח כאן, ויש מי שנוסע ומצליח לעשות שם כסף. זה מה שקרה לעמית בן־ששון ולאמיתי דרדים, מקיבוץ אור הנר.

אחרי הצבא, נסעו השניים לג'מייקה ולברזיל, נתקעו שם בלי פרוטה וחיפשו עבודה. הם השתלבו בענף הטקסטיל, ליתר דיוק, בייצור רובונים. התברגו למערכת וגם הרוויחו קצת כסף. כשהבינו איך התעשייה הזו עובדת, התחילו

תצלומים: שלום בר־טל

להפעיל בעצמם פס ייצור לרובונים. נכנסו לראש של הברזילאים והעסק זז.

מרובונים עברו לארנקים ולתיקים. כאן הצליחו לפתח את התיק המיוחד לברזיל, המלאה כייסים וגנבים ועירים. מדובר בתיקים עם רצועות, שמהדקים אותם לגוף, בעיקר למותניים. הם נקראים „תיקי בננה" (על שום צורתם), או תיקי חגורה.

הם חזרו לארץ, החליטו לא לחזור לקיבוץ, אלא להמשיך את מה שהם יודעים לעשות הכי טוב – ביזנס. הם מייצרים כעת תיקי בננה תחת השם „ברזיל טרופיקל". הם גם הרחיבו את אפשרויות השימוש: תיקי מלצרית, תיקי ווקמן, תיקי משקפיים, תיקי אקרחים ותיקי אופניים ואופנועים.

מחירי התיקים המקסימים זולים יחסית, ונעים בין 12 ל־16 ש"ח.

נורית ארד

הצעה משניים

שני בנים הציעו לי חברות. באחד מהם אני מעוניינת, אבל אני לא רוצה לפגוע בשני. מה לעשות? אגב, אני בת 15.

ע.ב.

כתבי מכתב נחמד לבן שאת לא רוצה, והסבירי לו שאת כבר תפוסה ע"י ההוא שכן מוצא חן בעינייך. ככה זה בחיים. הוא יבין.

נמשך לבנים

אני פונה אליך כי אין לי אומץ לפנות לפסיכולוג. אני בן 14.5 ואני נמשך לבנים ולא לבנות. חברי לכיתה כבר שמו לב לעניין והם מעירים לי. האם אני הומו האם זה יישאר כך? אני מודאג. מה לעשות?

המודאג

בגילך יש הרבה בנים שמפחדים מאוד מטירוב של בנות ולכן הם מפתחים קשר לבנים דווקא, ואחר כך זה עובר. אבל בלי להכיר אותך, ממש קשה לי לומר מה קורה איתך. אגב, אני לא חושבת שכדי ללכת לפסיכולוג צריך אומץ. צריך רק ציק עם כימי. אם אתה לא יודע איך למצוא פסיכולוג, או מתבייש ללכת בעצמך, כתוב לי עוד מכתב ואשתדל לעזור לך.

דניאלה יקרה

צוחקים עלי

אני בן 14.5. הפיטמות שלי נפוחות ובגלל זה אני לא הולך לים או לבריכה, כי צוחקים עלי. מה לעשות כדי שהפיטמות תחזורנה לגודלן הטבעי?

בן 14

לפנות לרופא ולברר למה זה קרה.

כוססת

כבר ניסיתי הכל, אבל לא הצלחתי להפסיק לכסוס ציפורניים. יש לך עצה?

האלמונית

יש עכשיו המון כפפות, באלה אופנתיות מתחרה. קני זוג אחד ולבשי אותם במשך חודש, אבל ממש כל הזמן. אחרי חודש תחיינה הציפורניים כבר מספיק ארוכות והרגל המגונה יעבור. לפני הרבה שנים כך בדיוק הפסקתי אני לכסוס ציפורניים.

מחפשים הכרה

האם נישואים הנערכים בארץ בבית כנסת רפורמי מוכרים על ידי משרד הפנים?

דנה

כן.

בלגניסט

אני בת 34, רווקה. לפני כמה חודשים הכרתי גבר מקסים ולפני החודש הוא עבר לגור בדירה שלי. הבעיה היא שאני מסודרת נורא והוא בלגניסט אדיר, ועל הרקע הזה אני מרגישה שיש צרות ויהיו צרות עוד יותר גדולות. דיברתי איתו כמה פעמים, העירתי לו, הסברתי, אבל שום דבר לא עוזר – בלגניסט נשאר בלגניסט, כנראה. איפה עצה?

המסודרת.

אני מבינה שדיברת איתו. האם דיברת גם עם עצמך? האם אמרת לעצמך שקשר טוב בין שני אנשים הוא הרבה יותר חשוב מבית מסודר? האם אמרת לעצמך, שלחיות עם מישהו זה כיף אבל גם ויתורים, ואם הסברת לעצמך שלוותר את הנרביים שלך מטריצפה (או משהו כזה) זה הרבה יותר פשוט וקצר מאשר להתעצבן ולריב? אני מציעה שתקחי עוד שיחה אחת עם עצמך, ותריץ מזה, לתבוא אל תגידי שהוא עבר לגור אצלך, תגידי שעברתם לגור ביחד. יש הבדל.

הקצפת של השיש

מי שעובר בנסיכות עצובות ליד תעשייני המצבות בקריית־שאול, סבור אולי שבמקצוע הזה נכרך הרבה עצב. יורם קוטלר טוען שתעשיית־המצבות היא פרנסה, כמו כל הפרנסות. התחום החדש שבו הוא עוסק באחרונה, מספק את ה„קצפת". אצל „קוטלר" (רח' קריית שאול, ת"א) חיפשו האב (35 שנה במקצוע) ושני בניו שימוש נוסף לסוגי השיש הנפלאים שהם מייבאים מאיטליה, נורווגיה, פורטוגל ובלגיה.

עתה ניתן להזמין אצלם שולחנות סלוניים, פינות אוכל, שידות, אדני־חלונות וכל מה שעולה בראשו של הלקוח, בשילוב עם זכוכית, מתכת ופרספקס. למרות הדימוי היוקרתי של השיש, רהיטי השיש הם לעתים קרובות זולים יותר מרהיטי עץ. ייתרונותיהם, מלבד יופיים: עמידים לאורך זמן, ניתנים לחידוש, קלים לניקוי, ואין לחשוש משריטות, כתמים ומהנחת דברים חמים.

דות יולס

כלב מאוהב

מים רבים לא יכבו את אהבתו של שירו, כלב יפאני החי באי אקה. גם לא מי האוקיינוס הפסיפי הקרים ועתירי הזרמים המסוכנים. בכל יום יוצא שירו למסע שחייה מסובך. 4 קילומטרים בכל כיוון. הכלב שוחה לאי הסמוך, זמאמי, כדי לפגוש את מרילין, הכלבה שהוא אוהב. הרומן נמשך למעלה משנה, תודות לעקשנותו של שירו, שאינו נרתע מהשחייה גם בימים גשומים וקרים. בעליו: „הוא לימד אותי כמה דברים על אהבה. הייתי מניח לו להישאר עם מרילין, אבל הוא אוהב גם אותי, ולכן הוא חוזר".

הרומן החל ב־86', כאשר בעליו של שירו שתי בזמאמי, החליט לעבור לאקה. כעבור ימים אחדים, שירו החל להיות חסר מנוחה ומדוכא. הוא ירד לרציף וכהה ממושכות אל האופק. בוקר אחד נעלם. למחרת חזר רטוב, רועד ומתנשף. כאשר נעלם שנית, החליט בעליו לעקוב אחריו. הוא ראה את שירו עומד על הרציף, מביט אל המים וקופץ. הוא נכנס לסירתו ועקב אחרי הכלב־השחיין. שירו שחה לזמאמי, והוביל את בעליו לביתה של מרילין.

„ניסיתי לקחת אותו בסירה לזמאמי", אומר בעליו, „כדי להקל עליו את החיים. אבל שירו מעדיף לשחות. הוא רוצה לנהל את חיי האהבה שלו בעצמו".

דוורה שביט

הטבחית והצ'יפס

ג'וייס אלטון היא טבחית אנגליה, המכינה ארוחות בבנק ידוע. שנים ארוכות סבלה מפריחות, בעיות־נשימה, והתקפי־חנק. הסיבה התגלתה רק באחרונה: תפוחי אדמה.

ההתקף האחרון קרה במטבח, בעת שקילפה תפוחי אדמה. היא נתקפה בחנק, לשונה התנפחה, ובמשך 48 שעות אושפזה בביה"ח עם מצוקה נשימתית ובצקת בריאות. ד"ר רוברט דיוויס, מומחה לאלרגיות, קבע על סמך סיפורה, שיש לבצע את כל בריקות המזון האפשריות. התגלית: ג'וייס אלרגית לתפוחי־אדמה. רק המגע אתם, או אפילו הרחת הקליפה, מעוררת אצלה תגובה.

דובר האגודה לגידול תפוחי־אדמה באנגליה, שנחרד מהפרסום, הסביר שתפוח אדמה מכיל עמילן, סוכר, חלבון, סיבים ומים. בדיקת כל אחד מהמרכיבים האלה בנפרד, לא גילתה אצל ג'וייס תגובות אלרגיות.

הטבחית בת ה־50 ממשיכה לעבוד במטבח, אבל בעלה מקלף עבורה את כל כמות תפוחי האדמה להם היא זקוקה להכנת הצ'יפס, ומישהו אחר מטגן אותם.

דבורה נמיר

בראוו, ריה

(המשך מעמ' 4)

היא שוכחת הכל, משחקת במרץ, ברעננות. העייפות שלה לא מורגשת, אהבת המישחק קודמת לכל.

העבודה נעשית בתנאים לא־תנאים. שתי הלהקות מחפשות באופן תמידי אולם לחזרות. לשתי הלהקות אין תקציב מסודר, בתמכות על־ידי עמותת יוצאי גרוזיה. התיאטרון של נניקשווילי נודד מפינה לפינה, עד שיום אחד הם מוצאים את עצמם ברחוב.

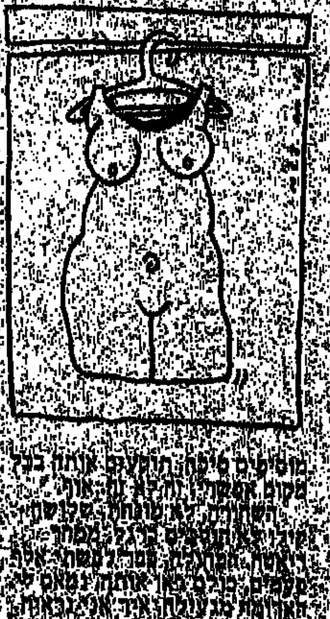
בדיוק אז הופק סרט, שחברי התיאטרון אמורים להשתתף בו. באין ברירה, מזמינה ריה את הצוות לביתה. במשך שישה חודשים עשינו אצלי את החזרות. אוכל, תפאורה, הכל בבית. נניקשווילי ריץ לחפש אמצעים כספיים. [illegible]

– „רווקה לנשים, בתצוגות הראשונות שלי ראיתי איך הן מבושות כי הנעם חו תגיבו בשליליות. מנחלטת, התחילו רכילויות ושמועות זה דגגה אותי. אני מודעת בליבר קשה על תגיותה ולה זה לא נראה. למה כי אני אשה, אם הן היו מעודדות ותומכות בילדות שלהן לשחק. מסורות מיושנות היו נשברות. מומו תגברים לא היו יכולים לעמוד מולן. אני מאשימה את הנשים.

▪▪▪

ריה היא חלוצה וגם יחידה שרואה בתיאטרון דרך חיים. יש מעט רקדניות המשתתפות באירועים. מזמנים לאחרונה. נראה מה דומם נשים במפסורעים קטנים. דיה מאוכזבת מכך שאין המשך לדרך שסללה. [illegible]

הלבנה עם הנקודות



[illegible]